

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONOR ORREGO

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA



TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio
de Casma - Ancash, 2022

Área de Investigación:

Ciencias Médicas – Psicología positiva y bienestar psicológico

Autoras:

Bardales Alcalde Angela Valeria

Tirado Tapia Diana Carolina

Jurado Evaluador:

Presidente : Palacios Serna Lina Iris
Secretario : Malpica Risco Vhanya Olenka
Vocal : Caro Vela Jorge Miguel

Asesor:

Borrego Rosas Carlos Esteban
Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6168-300X>

Trujillo – Perú
2024

Fecha de sustentación: 2023/09/13

Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio de Casma - Ancash, 2022

INFORME DE ORIGINALIDAD

12%	12%	3%	3%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	7%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	4%
3	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1%

Excluir citas Activo Excluir coincidencias < 1%
Excluir bibliografía Activo


Dr. Carlos Borrego Rosas
Psicólogo

Declaración de originalidad

Yo **Carlos Esteban Borrego Rosas**, docente del Programa de Estudio de **Psicología**, de la Universidad Privada Antenor Orrego, asesor de la tesis de investigación titulada "**Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio de Casma - Ancash, 2022**", autoras **Bardales Alcalde Angela Valeria & Tirado Tapia Diana Carolina**, dejo constancia de lo siguiente:

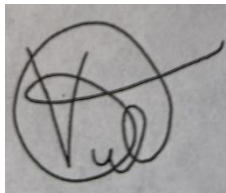
- El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud de **12%**. Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software Turnitin el (17 de setiembre del 2024).
- He revisado con detalle dicho reporte y la tesis, y no se advierte indicios de plagio.
- Las citas a otros autores y sus respectivas referencias cumplen con las normas establecidas por la Universidad.

Trujillo, 17 de setiembre del 2024.

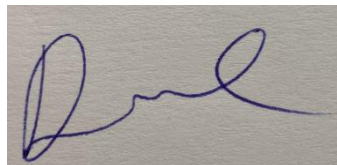
Asesor
Borrego Rosas Carlos Esteban
DNI: 40266398
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6168-300X>
FIRMA:



Autora
Angela Valeria Bardales Alcalde
DNI: 70183268
FIRMA:



Autora
Diana Carolina Tirado Tapia
DNI: 70801470
FIRMA:



“Inteligencia emocional y bienestar psicológico
en estudiantes de secundaria de un colegio de
Casma - Ancash, 2022”

PRESENTACIÓN

Ante el jurado calificador

Al cumplir con el reglamento de Grados y Títulos de la UPAO, Facultad de Medicina humana, Programa académico de Psicología, entrego bajo su criterio la evaluación del estudio “Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio de Casma - Ancash, 2022”, con la finalidad de obtener el título profesional de Licenciada en Psicología. Agradezco por anticipado por las sugerencias y apreciaciones que se brinden en el estudio.

Trujillo, marzo del 2022.

Las Autoras

DEDICATORIA

Esta Tesis está dedicada a mis padres, por todo su esfuerzo y sacrificio realizado a lo largo de estos años para brindarme una educación de calidad, a mi hermana que con su sola existencia siempre ha alegrado y alegrará mis días.

Br. Angela Valeria Bardales Alcalde.

DEDICATORIA

Con amor y gratitud, dedico mi tesis a mis padres, Cesar y Gabriela, cuyo esfuerzo y guía han hecho posible cada logro en mi camino. A mis abuelos, Juan, Jesús, Marina, quienes nos observan desde el cielo y mi abuelita Carmen que aun camina a mi lado, su apoyo e inspiración han sido fundamentales a lo largo de mi vida. Este trabajo es un reflejo de su amor y enseñanzas.

Br. Diana Carolina Tirado Tapia.

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a Dios por otorgarnos sus bendiciones y por desempeñar el papel fundamental de ser nuestra orientación espiritual.

Queremos expresar nuestro reconocimiento a la Escuela Profesional de Psicología y a los dedicados maestros que contribuyeron y respaldaron nuestro crecimiento en el ámbito profesional con su valioso conocimiento.

A la institución colaboradora en el proceso de llevar a cabo nuestras evaluaciones, su apoyo inestimable, su amabilidad y su entusiasmo nos ayudarnos en nuestro progreso de investigación.

A nuestros asesores de tesis, por la paciencia que han demostrado, por su apoyo inquebrantable y por las valiosas enseñanzas que nos han brindado.

Bardales Alcalde, Ángela Valeria

Tirado Tapia, Diana Carolina

INDICE DE CONTENIDOS

Presentación I

Dedicatoria	II
Dedicatoria	III
Agradecimientos	IV
Indice de contenidos	V
Índice de tablas	VIII
Resumen	IX
Abstract	X
Capitulo I	11
Marco metodológico	11
1.1. El problema	11
1.1.1. Delimitación del problema	11
1.1.2. Formulación del problema	14
1.1.3. Justificación del estudio	14
1.1.4. Limitaciones	15
1.2. Objetivos	15
1.2.1. Objetivos generales	15
1.2.2. Objetivos específicos	16
1.3. Hipótesis	16
1.3.1. Hipótesis general	16
1.3.2. Hipótesis específicas	16
1.4. Variables e indicadores	16
1.5. Diseño de ejecución	17
1.5.1. Tipo de investigación	17
1.5.2. Diseño de investigación	17
1.6. Población y muestra	18
1.6.1. Población	18
1.6.2. Muestra	19
1.6.2. Muestreo Probabilístico	19
1.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	20
1.8. Procedimiento de recolección de datos	23

Capítulo II	25
Marco referencial teórico	25
2.1. Antecedentes	25
2.1.1. Internacional	25
2.1.2. Nacional	25
2.1.3. Regional y local	26
2.2. Marco Teórico	28
2.2.1. Acerca de la inteligencia emocional	28
2.2.1.1. Inteligencia	28
2.2.1.2. Definición de inteligencia emocional	29
2.2.1.3. Características de la inteligencia emocional	30
2.2.1.4. Importancia de la inteligencia emocional	31
2.2.1.5. Dimensiones de la inteligencia emocional	32
2.2.1.6. Teorías relacionadas a la inteligencia emocional	34
2.2.2. Acerca del bienestar psicológico	35
2.2.2.1. Definición del bienestar psicológico	35
2.2.2.2. Características del bienestar psicológico	36
2.2.2.3. Factores que influyen en el bienestar psicológico	36
2.2.2.4. Dimensiones del bienestar psicológico.....	37
2.2.2.5. Teorías relacionadas al bienestar psicológico	39
2.2.3. Acerca de la adolescencia	40
2.3. Marco conceptual	41
Capítulo III	42
Resultados	42
Capítulo IV	49
Análisis de resultados	49
Capítulo V	55
Conclusiones y recomendaciones	55
Capítulo VI	57
Referencias y anexos	57
6.1. Referencias	57

6.2. Anexos	68
Anexo 1. Formato de asentimiento informado	68
Anexo 2. Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On ICE: NA	69
Anexo 3. Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J)	72
Anexo 4. Aportes de cuadros o tablas	77

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Población de estudiantes de secundaria	18
Tabla 2 Muestra de estudiantes de secundaria	19
Tabla 3 Nivel de inteligencia emocional	42
Tabla 4 Nivel para dimensiones de Inteligencia Emocional en estudiantes de secundaria	43
Tabla 5 Nivel de bienestar psicológico	44
Tabla 6 Nivel para la variable y dimensiones de Bienestar Psicológico en estudiantes de secundaria	45
Tabla 7 Análisis correlacional entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria	46
Tabla 8 Análisis correlacional entre las dimensiones de inteligencia emocional y la variable bienestar psicológico en estudiantes de secundaria	47
Tabla 9 Análisis correlacional entre las dimensiones de bienestar psicológico y la variable inteligencia emocional en estudiantes de secundaria	48
Tabla 10 Confiabilidad de la muestra para las variables de estudio en estudiantes de secundaria	77
Tabla 11 Estadístico de normalidad para la variable y dimensiones de Inteligencia Emocional en estudiantes de secundaria	78
Tabla 12 Estadístico de normalidad para la variable y dimensiones de Bienestar Psicológico en estudiantes de secundaria	79
Tabla 13 Descriptivos para la variable y dimensiones de Inteligencia Emocional en estudiantes de secundaria	80
Tabla 14 Descriptivos para la variable y dimensiones de Bienestar Psicológico en estudiantes de secundaria	81

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio de Casma - Ancash, 2022, con un método sustantivo, transversal, no experimental y correlacional, en una muestra de 103 estudiantes del primer al quinto grado de secundaria, administrando el inventario de inteligencia emocional BarOn ICE: Na, creado por Reuven BarOn (1997), con adaptación

limeña por Ugarriza y Pajares (2002), con propiedades psicométricas por Matta y Olaya (2022), para la ciudad de Nuevo Chimbote; y la Escala de Bienestar Psicológico creada por Carol Diane Ryff (1995), en Estados Unidos, con adaptación al español por Díaz, et al (2006), con propiedades psicométricas por Cabos (2019), en la ciudad de Nuevo Chimbote. Obteniendo un nivel medio en inteligencia emocional (59%), y un nivel medio en bienestar psicológico (52.2%), determinándose que no existe relación entre Inteligencia emocional y Bienestar psicológico ($p=.103$; $\rho=.141$). Concluyendo que las dimensiones de manejo de emociones e interpersonal se relacionan con el bienestar de los estudiantes.

Palabras clave: Inteligencia emocional, bienestar psicológico.

ABSTRACT

The objective of this study was to determine the relationship between emotional intelligence and psychological well-being in high school students from a school in Casma - Ancash, 2022, with a substantive, cross-sectional, non-experimental and correlational method, in a sample of 103 students from the first to fifth grade of high school, administering the emotional intelligence inventory BarOn ICE: Na, created by Reuven BarOn (1997), with Lima adaptation by Ugarriza and Pajares (2002), with psychometric properties by Matta and Olaya (2022), for the city of New Chimbote; and the Psychological Well-being Scale created by Carol Diane Ryff (1995), in the United States, with adaptation to Spanish by Díaz, et al (2006), with psychometric properties by Cabos (2019), in the city of Nuevo Chimbote. Obtaining a medium level in emotional intelligence (59%), and a medium level in psychological well-being (52.2%), determining that there is no relationship between emotional intelligence and psychological well-being ($p=.103$; $\rho=.141$). Concluding that the dimensions of emotion management and interpersonal are related to the well-being of students.

Keywords: Emotional intelligence, psychological well-being.

CAPITULO I

MARCO METODOLÓGICO

1.1. El problema

1.1.1. Delimitación del problema

La adolescencia es un periodo crítico en el desarrollo de la persona, en donde se generará la búsqueda de la autonomía e independencia del entorno familiar, es identificada como un proceso de riesgo, entendidas, así como un potencial dañino y nocivo en la salud física y mental de los jóvenes. El sentimiento de rebeldía ante las normas postulada por los padres, conlleva a la adaptación de comportamientos disruptivos observados en el contexto social, llegando así a perfilar una conducta basada en la observación (Chávez et al., 2019).

Asimismo, los cambios químicos en la persona, observándose así la maduración sexual, se presenta a través de la sobre estimulación de las sub áreas cerebrales, encargadas de la identificación de emociones. Los adolescentes pueden experimentar confusión, ansiedad, euforia y una amplia gama de sentimientos a medida que navegan por esta etapa de transición. La presión social y las expectativas culturales también pueden influir en cómo perciben su propio desarrollo sexual (Palacios, 2019).

Un análisis panorámico de la adolescencia, permitió observar que los actos de agresión impactan significativamente la vida de los adolescentes en diversas regiones, con un 32% de adolescentes que han experimentado intimidación y agresiones físicas o psicológicas (UNESCO, 2019). Estas situaciones agresivas en el entorno educativo pueden tener efectos duraderos en el bienestar emocional y el rendimiento académico de los jóvenes. Por ende, estos actos pueden manifestarse de diversas formas, incluyendo el acoso escolar, la violencia doméstica y la exposición a la violencia en los medios de comunicación (UNESCO, 2019).

En la actualidad, las entidades encargadas en la salud física y mental, no cuentan con un sistema de aplicación en el sentido convencional de programas para desarrollar de forma directa la inteligencia emocional. Esto debido, a pesar de la importancia que supone este factor en la vida de los jóvenes, no son capaces de identificar técnicas para reconocer, comprender y gestionar las emociones.

En Latinoamérica, problemas en el sistema educativo y la falta de modelos de regulación emocional generan autoimagen desvalorizada y conductas violentas en los jóvenes (Muñoz, 2022). Además de la falta de recursos y apoyo en las escuelas, la violencia en el hogar y la comunidad también puede contribuir al estrés y la ansiedad en los adolescentes (Cummings et al., 2019). Estos comportamientos agresivos en la comunidad pueden crear un entorno inseguro y generar sentimientos de vulnerabilidad en los jóvenes, lo que impacta en su bienestar emocional y social (Cummings et al., 2019).

En el Perú, se ha identificado una situación preocupante en la salud mental de los adolescentes, con síntomas y trastornos depresivos y de ansiedad que afectan su bienestar psicológico desde los 12 años de edad (MINSa, 2018). Los factores socioeconómicos, la violencia en el hogar y la falta de acceso a servicios de salud mental pueden contribuir a estos problemas (MINSa, 2018; Cummings et al., 2019). Además, se han reportado altos niveles de violencia en niños y adolescentes, con casos de violencia psicológica, física y sexual (MIMP, 2018; Aldeas Infantiles, 2019).

La falta de atención a las dificultades emocionales es notable, ya que aproximadamente el 40% de la población no recibe atención por estas cuestiones (Minsa, 2019, 2021). La falta de acceso a servicios de salud mental, la estigmatización de los problemas emocionales y la falta de conciencia sobre la importancia de la salud mental pueden ser barreras para la búsqueda de ayuda. Además, la falta de recursos y profesionales capacitados en salud mental en las escuelas puede limitar la detección temprana y el apoyo a los adolescentes en riesgo (Agbaria, 2021).

En la ciudad de Lima, la mitad de los adolescentes se enfrenta a dificultades emocionales, presentando pensamientos y sentimientos no acordes para su desarrollo personal y social (Unicef, 2021). Además, problemas en las relaciones sociales, falta de habilidades para regular emociones y dificultades en el reconocimiento y expresión de sentimientos son comunes entre los adolescentes de Lima Sur (Condori, 2021; PalmaDelgado, 2020). La falta de apoyo emocional en la familia y en la escuela puede impactar en la autoestima y la adaptación de los adolescentes (Palma-Delgado, 2020).

El factor social, enfocado desde la interacción entre pares, fomentará el grado de ajustes psicológico, basado en el manejo emocional, la conformación de conductas, la conformación del perfil académico y la estructuración de una identidad de la persona (Vilar et al., 2021). nivel global, el bienestar psicológico está estrechamente relacionado con la

capacidad de afrontar desafíos y contribuir al desarrollo comunitario (Pomaya y Tarco, 2020). Las investigaciones en psicología positiva han resaltado la importancia de factores como la gratitud, la resiliencia y la autorregulación emocional en la promoción del bienestar. Además, la percepción de felicidad y satisfacción en la vida varía significativamente entre países y culturas, lo que resalta la influencia de factores socioeconómicos, culturales y políticos en el bienestar subjetivo (Helliwell et al., 2021).

El contexto actual, señalado por la Organización Mundial de la Salud (2021) refiere que un 3.6% de adolescentes, entre los 10 a 14 años, padece de alteraciones emocionales como ansiedad, estrés, dependencia y de estos mismos, el 4.6% presenta indicadores de alteración emocional, sintiendo así, síntomas de alteración emocional. Este panorama, a llegado a ser visto como una emergencia sanitaria de forma interna, por lo que se requiere el diseño e implementación de programas que busquen promover el soporte emocional.

Esta realidad se manifiesta también en el contexto peruano, en donde el 42% de estudiantes ubicados entre los 13 a 16 años presenta indicadores ligados a alteraciones emocionales, conductas agresivas, aislamiento y bajo interés académico. Asimismo, del 16% al 22% de los mismos, son identificados como estudiantes con conductas de riesgos, quienes ya han intentado atentar contra su salud (Dávila, 2021)

A pesar de la implementación de módulos y cursos para el desarrollo emocional en los currículos educativos, persisten problemas de regulación de comportamientos negativos en los estudiantes, afectando su rendimiento académico y su adaptación en el entorno escolar (UNESCO, 2020; Agbaria, 2021). La falta de entrenamiento y apoyo para los docentes en la promoción de la inteligencia emocional puede limitar la efectividad de estos programas. La colaboración entre educadores, familias y profesionales de la salud mental es esencial para abordar los desafíos emocionales y sociales que enfrentan los adolescentes (Agbaria, 2021).

A nivel local, no hubo datos en la ciudad de Casma con respecto a las variables en adolescentes.

En el presente estudio, se busca analizar la influencia de ciertas variables en adolescentes, centrándose especialmente en aquellos que cursan los primeros grados de la educación secundaria. Esta área de investigación ha sido relativamente poco explorada en esta población, ya que en muchos casos, las preocupaciones académicas suelen eclipsar

otros aspectos relevantes de su desarrollo. Sin embargo, se ha observado que algunos estudiantes en estos primeros ciclos enfrentan diversas formas de malestar, manifestando síntomas de angustia, preocupación y dificultades de concentración. En este sentido, la relevancia de este estudio radica en su objetivo de abordar las necesidades de estos adolescentes y su proceso de adaptación a la educación secundaria, además de identificar posibles signos de ansiedad vinculados al estrés que experimentan en esta etapa de transición.

La realidad de los adolescentes en el contexto escolar es notable, en su mayoría suelen presentar señales de tristeza, desmotivación y una notable ausencia de entusiasmo. Son propensos a sentir emociones intensas como la ira y la ansiedad, además, experimentan dificultades para comunicarse de manera eficaz, lo que a menudo resulta en malentendidos y conflictos constantes con sus compañeros, familiares y maestros. Tienen una percepción negativa de sí mismos, lo cual impacta su autoestima y autoaceptación. Los desafíos que afrontan, perjudican su bienestar social, personal y emocional.

En esta etapa crucial, algunos adolescentes también enfrentan la falta de involucramiento por parte de sus padres en su proceso de adaptación a la educación secundaria. En ciertos casos, la ausencia de los padres en la vida de los adolescentes contribuye a que estos se sientan incomprendidos y carezcan de un apoyo emocional fundamental por parte de su familia, lo que agrega presión adicional a sus experiencias en la escuela.

Dada la complejidad de estos desafíos, el presente estudio tiene como objetivo principal adquirir un conocimiento profundo sobre la relación entre las variables mencionadas en adolescentes que cursan los primeros grados de la educación secundaria en una escuela de Casma. A través de este análisis, se pretende arrojar luz sobre los factores que influyen en la adaptación y el bienestar emocional de estos adolescentes, con el propósito de proporcionar información valiosa que pueda guiar estrategias y programas de apoyo más efectivos en esta etapa crucial de su desarrollo.

1.1.2. Formulación del problema

¿Existe relación entre Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio de Casma - Ancash, 2022?

1.1.3. Justificación del estudio

El estudio es conveniente porque, existe una creciente preocupación la salud mental de los adolescentes, entender cómo la inteligencia emocional se asocia con el bienestar psicológico puede proporcionar información invaluable para prevenir y abordar problema que beneficia a la población.

Desde el factor teórico, la presente investigación generó el análisis de las principales teorías psicológicas donde se muestran las diferentes emociones que los adolescentes presentan en aquella etapa, sus emociones no están regularizadas, ni su nivel de madurez.

Por su parte, en el base al nivel práctico, la presente investigación, demostró resultados que servirán como base para la realización o diseño de talleres o programas que busquen promover la inteligencia emocional y promover así las habilidades sociales en los adolescentes.

En cuanto a la relevancia social, el estudio aborda la creciente preocupación por la salud mental de los adolescentes, ofreciendo perspectivas y herramientas para promover un bienestar psicológico positivo y prevenir problemas de salud mental. También ofrece soluciones para fortalecer las relaciones interpersonales, al entender cómo la inteligencia emocional facilita la comunicación efectiva, resolución de conflictos y se asocia al bienestar psicológico de los adolescentes, con la consecuencia de mejorar su rendimiento académico, fomentar relaciones saludables y prevenir problemas de salud mental en la comunidad.

1.1.4. Limitaciones

Los resultados serán aplicables de manera más amplia si se consideran las similitudes presentes en el siguiente estudio que abarca la misma población.

El estudio se fundamenta en los autores BarOn (1997) acerca de la inteligencia emocional y la teoría de Ryff (1995) acerca de bienestar psicológico.

1.2. Objetivos

1.2.1. Objetivos generales

Establecer la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio de Casma - Ancash, 2022.

1.2.2. Objetivos específicos

Determinar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes de secundaria de un colegio de Casma - Ancash, 2022.

Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio de Casma - Ancash, 2022.

Establecer la relación entre las dimensiones de inteligencia emocional (estado de ánimo, adaptabilidad, manejo de emociones, habilidades interpersonales, habilidades intrapersonales e impresión positiva) y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio en Casma - Ancash durante el año 2022.

Establecer la relación entre las dimensiones de bienestar psicológico (auto aceptación, relaciones Positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal) y la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria de un colegio en Casma - Ancash durante el año 2022.

1.3. Hipótesis

1.3.1. Hipótesis general

HI: Existe relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio de Casma - Ancash, 2022.

1.3.2. Hipótesis específicas

H1: Existe relación entre las dimensiones de inteligencia emocional (estado de ánimo, adaptabilidad, manejo de emociones, habilidades interpersonales, habilidades intrapersonales e impresión positiva) y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio en Casma - Ancash durante el año 2022.

H2: Existe relación entre las dimensiones de bienestar psicológico (auto aceptación, relaciones Positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal) y la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria de un colegio en Casma - Ancash durante el año 2022.

1.4. Variables e indicadores

Variable e indicadores 1: Inteligencia emocional:

- Estado de ánimo general
- Adaptabilidad
- Manejo de emociones
- Interpersonal
- Intrapersonal
- Impresión positiva

Variable e indicadores 2: Bienestar psicológico:

- Auto aceptación
- Relaciones Positivas
- Autonomía
- Dominio del Entorno
- Propósito en la vida
- Crecimiento personal

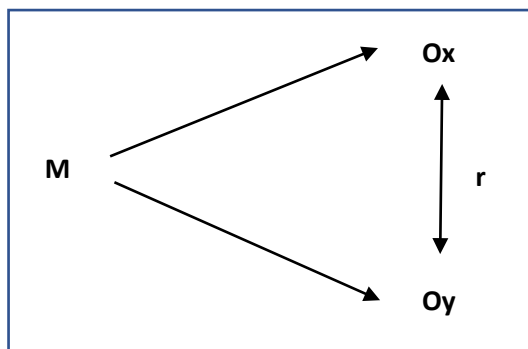
1.5. Diseño de ejecución

1.5.1. Tipo de investigación

Según Sánchez y Reyes (2015), es sustantiva, la cual constituye una metodología investigativa centrada en la comprensión de fenómenos sociales o naturales, mediante la meticulosa recopilación de datos empíricos. Esta modalidad de diseño busca adentrarse en las experiencias, percepciones y significados que los individuos otorgan a un tema o problemática específica.

1.5.2. Diseño de investigación

El presente es un estudio no experimental, al medir naturalmente los efectos de la variable; siendo correlacional al asociar los fenómenos psicológicos (Sánchez y Reyes, 2015).



Dónde:

M: Muestra de estudio.

Ox: Inteligencia emocional.

Oy: Bienestar psicológico.

r: Relación entre Inteligencia emocional y Bienestar psicológico.

1.6. Población y muestra

1.6.1. Población

Estuvo conformado por 140 estudiantes de 1ero a 5to de secundaria entre hombres y mujeres de una institución educativa privada cuyas edades fluctúan de 13 a 17 años de edad.

Tabla 1 *Población de estudiantes de secundaria*

Grado	N	%
1ero secundaria	30	20
2do secundaria	26	20
3ero secundaria	28	20
4to secundaria	26	20
5to secundaria	30	20
Total	140	100%

Criterios de Inclusión.

- Todos los alumnos matriculados formalmente desde 1ero a 5to de secundaria.
- Alumnos que responden de manera voluntaria al cuestionario.

Criterios de Exclusión.

- Alumnos que no asisten el día de la aplicación del cuestionario.
- Alumnos que no completan las respuestas del cuestionario.

1.6.2. Muestra

Estuvo conformado por 134 estudiantes de 1ero a 5to de secundaria de un colegio privado de entre 13 a 17 años.

Tabla 2 *Muestra de estudiantes de secundaria*

Grado	N	%
1ero secundaria	22	20
2do secundaria	19	20
3ero secundaria	2 ¹	20
4to secundaria	19	20
5to secundaria	22	20
Total	134	100%

Se utilizó el muestreo aleatorio estratificado simple, donde sub conjuntos o sub poblaciones se unen para ser parte de la muestra, los individuos comparten una característica en común (Otzen & Manterola, 2017).

¹ .6.2. Muestreo Probabilístico

$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0}{N}} \quad n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0}{N}}$$

Donde:

n_0 : Tamaño previo muestral

Z: Coeficiente para un nivel de confianza del 95%

P: Proporción de elementos con la característica de interés

Q: Proporción de elementos sin la característica de interés

E: Error N: Población n:

Tamaño de la muestra

Y la muestra para cada grado:

$$nh_i \quad nh_i = \frac{Nh_i n}{N} \quad \frac{Nh_i n}{N}$$

nh_i = Muestra por grupos nh_i

= Población por grupos n=

Muestra

N= Población

1.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica

La evaluación psicométrica desarrolla herramientas y métodos para medir los fenómenos psicológicos (Hernández y Mendoza, 2018).

Instrumentos

Instrumento 1: Inteligencia emocional

El inventario de inteligencia emocional BarOn ICE: Na, creado por Reuven BarOn (1997), con adaptación limeña por Ugarriza y Pajares (2002), con propiedades psicométricas por Matta y Olaya (2022), para la ciudad de Nuevo Chimbote, tiene un tiempo de administración máximo de 30 minutos, para poblaciones de adolescentes y adultos, con el objetivo de medir indicadores competentes relacionados con entorno, cuenta

con una estructura de 60 ítems, distribuidos en 6 subescalas, siendo respondida mediante una escala Likert de 1 a 4 puntos.

Para la calificación y corrección, la puntuación mínima son 90 puntos, obteniéndose por la sumatoria de cada uno de los ítems pertenecientes a cada subescala:

- 1) Estado de ánimo general (Ítems 1, 4, 9, 13, 19, 23, 29, 32, 37, 40, 47, 50, 56, 60)
- 2) Adaptabilidad (Ítems 12, 16, 22, 25, 30, 34, 38, 44, 48, 57)
- 3) Manejo de emociones (Ítems 3, 6, 11, 15, 21, 26, 35, 39, 46, 49, 54, 58)
- 4) Interpersonal (Ítems 2, 5, 10, 14, 20, 24, 36, 41, 45, 51, 55, 59)
- 5) Intrapersonal (Ítems 7, 17, 28, 31, 43, 53)
- 6) Impresión positiva (Ítems 8, 18, 27, 33, 42, 52)

Validez y Confiabilidad del instrumento

Validez

En relación a la validez BarOn (1997), obtuvo que la D1 una carga de .92 con una varianza del 85%, en D2 un .88 y varianza 77%, la D3 .78 y una varianza 61%, la D4 .68 y una varianza 46% y la D5 .61 y una varianza 37%.

Confiabilidad

En relación a la confiabilidad, la prueba original obtuvo valores de .77 a .88, un alfa de .93 y para las subescalas entre .77 y .93.

La adaptación Matta y Olaya (2022), en Nuevo Chimbote, obtuvieron la validez ítem-test entre (.03 a .53) y la correlación ítem-factor entre .02 a .52. El AFC= .10 a .62 y correlaciones entre las 6 dimensiones de .37 a .92, demostrando valores aceptables superiores a .40.

Por otro lado, la confiabilidad del instrumento se ejecutó a través del coeficiente de omega (ω) entre .51 y .85. (Matta & Olaya, 2022).

Instrumento 2: Bienestar psicológico

La Escala de Bienestar Psicológico creada por Ryff (1995), en EEUU, con adaptación al español por Díaz, et al (2006), con propiedades psicométricas por Cabos

(2019), en la ciudad de Nuevo Chimbote, tiene un tiempo de administración máximo de 20 minutos a nivel individual o grupal, para poblaciones a partir de adolescentes en adelante, con el objetivo de medir el bienestar psicológico, cuenta con una estructura de 39 ítems, distribuidos en 6 dimensiones, siendo respondida mediante una escala Likert de 1 a 6 puntos.

Para la calificación y corrección, según los ítems correspondientes a cada dimensión. Los ítems invertidos: 17, 23, 15, 26 y 21; siguiendo esta pauta: (1=6) (2=5) (3=4) (4=3) (5=2) (6=1). Esto se obtiene por la sumatoria de cada uno de los ítems pertenecientes a cada dimensión:

- 1) Auto aceptación (Ítems 1, 7, 8, 11, 17, 25, 34)
- 2) Relaciones Positivas (Ítems 2, 13, 16, 18, 23, 31, 38)
- 3) Autonomía (Ítems 3, 5, 10, 15, 27)
- 4) Dominio del Entorno (Ítems 6, 19, 26, 29, 32, 36, 39)
- 5) Propósito en la vida (Ítems 9, 12, 14, 20, 22, 28, 33, 35)
- 6) Crecimiento personal (Ítems 4, 21, 24, 30, 37)

Validez del instrumento

Original: Díaz (2006), en España, halló altas correlaciones en D1 (0.94); D2 (0.98); D3 (0.96); D4 (0.98); D5 (0.92); D6 (0.98). Valores alfa ≥ 0.70 . El AFC no demostró un ajuste.

Confiabilidad

Por otra parte, la versión corta del instrumento original creado por Díaz (2006) tuvo un alfa entre 0.84 a 0.70, demostrando una adecuada consistencia interna.

Adaptación: Cabo (2019), en Nuevo Chimbote, determinó la evidencia de validez mediante AFC, en el modelo re-especifico un GFI de .91, RMSEA de .06, SRMR de .050, CFI de .91, TLI de .89, con cargas factoriales por encima de .30, de criterio optimo.

Además, obtuvo un alfa en el modelo re-especificado entre .44 a .73 de criterio inaceptable a aceptable.

1.8. Procedimiento de recolección de datos

Se obtuvieron las autorizaciones necesarias por parte de las autoridades competentes y se fijó una fecha para llevar a cabo la investigación, emitiendo el asentimiento informado a los padres de familia para la participación voluntaria de los participantes, previo al proceso de aplicación. Una vez en las aulas y en los momentos acordados, se explicó la finalidad del estudio, resaltando la confidencialidad absoluta de los resultados, los cuales serían usados exclusivamente con fines de investigación. Se proporcionaron indicaciones detalladas sobre cómo completar los instrumentos de evaluación (Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On ICE: NA y Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes BIEPS-J), y se distribuyeron los materiales a los participantes que accedieron voluntariamente a formar parte de la evaluación. Estos materiales contenían los elementos y las opciones de respuesta, además de incluir instrucciones claras sobre cómo llevar a cabo la evaluación. Al concluir la prueba, se aseguró de que todos los procedimientos estuvieran debidamente cumplimentados. Los datos recolectados se procesaron utilizando Microsoft Office Excel, versión 2019, y Statistical Package for Social Sciences SPSS, versión 26.

1.9. Análisis Estadístico

El análisis de los datos se llevó a cabo mediante un proceso que involucró la transferencia de los datos a una plantilla de Excel y luego su exportación al software estadístico IBM SPSS 27.0 para realizar los cálculos estadísticos descriptivos e inferenciales. Antes de realizar la estadística descriptiva, se realizaron correcciones en las puntuaciones directas mediante la suma de los ítems correspondientes a cada dimensión de los instrumentos utilizados. Estas puntuaciones fueron luego ubicadas en sus respectivos niveles de acuerdo con cada prueba. Una vez obtenida esta información, se procedió a utilizar el programa SPSS.

En cuanto a la estadística descriptiva, se crearon tablas descriptivas que incluían la media aritmética, la desviación estándar, la asimetría y la curtosis de las puntuaciones directas. Además, se calcularon las frecuencias porcentuales de cada nivel de las dimensiones y variables mediante el uso de tablas personalizadas. Antes de realizar la estadística inferencial, se evaluó la normalidad de las puntuaciones de ambas pruebas utilizando la prueba de Kolmogorov-Smirnov. Los resultados indicaron que existe una diferencia altamente significativa en la distribución normal, lo que significa que el supuesto

de normalidad no se cumple. Por lo tanto, se optó por utilizar métodos estadísticos no paramétricos para contrastar las hipótesis.

La estadística inferencial se llevó a cabo utilizando el coeficiente de correlación de Spearman, el cual es una medida estadística utilizada para evaluar la relación entre dos variables ordinales o variables cuantitativas que no siguen una distribución normal. Este coeficiente se calcula asignando un rango a cada valor de las variables y luego calculando el coeficiente de correlación de Pearson entre los rangos. El coeficiente de correlación de Spearman varía entre -1 y 1, donde -1 indica una correlación negativa perfecta, 0 indica ausencia de correlación y 1 indica una correlación positiva perfecta.

Finalmente, los resultados obtenidos fueron compilados y presentados siguiendo las normas de la APA.

CAPITULO II

MARCO REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Internacional

Díaz y Morales (2021), en, relacionó el bienestar psicológico, la autoestima y la autoeficacia, en 189 adolescentes, con método no experimental, transversal, descriptivo, correlacional, aplicando la escala BIEPS-J, la escala EA y la escala EAG. Resultando que la autoestima se relaciona con control de situaciones ($Rho=.249$), vínculos psicosociales ($Rho=.275$), aceptación de sí mismo ($Rho=.407$); y autoeficacia se relaciona con vínculos psicosociales ($Rho=.312$), proyecto de vida ($Rho=.530$), aceptación de sí mismo ($Rho=.265$), concluyendo que los estudiantes saben valorarse y confían en sus capacidades.

Rathakrishnan et al., (2019), en Malasia, analizaron la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico, en 430 adolescentes, con método no experimental y correlacional, aplicando la prueba SSEIT y el cuestionario RSPWB, resultando que el 73% percibe inteligencia emocional moderada y el 90% bienestar psicológico moderado, existe relación entre las variables ($Rho=.185$; $p=.000$), concluyendo que, a más bienestar, mayor inteligencia emocional.

Álvarez y Salazar (2018), en Colombia, determinaron si existe relación entre el funcionamiento familiar y su bienestar psicológico, en 79 adolescentes, con método

correlacional, cuantitativo, no experimental, aplicando la escala APGAR y la escala BIEPS-J, resultando que el 66% presenta disfunción familiar leve y un nivel de bienestar psicológico medio 47%, no hubo relación entre las variables ($p > .05$), concluyendo que se deben trabajar en las familias para el bienestar de los estudiantes

2.1.2. Nacional

Muñoz (2022), en Lima, relacionó la inteligencia emocional y calidad de vida, en 45 adolescentes, con método básica, cuantitativo, no experimental, correlacional, transversal, aplicando el Bar-On ICE: NA – Abreviado y la escala de Calidad de Vida, resultando que existe relación positiva entre variables ($Rho = .766$; $p < .005$), concluyendo que, con mejores condiciones de calidad, mejora la inteligencia emocional.

Coba (2022), en Lima, relacionó la inteligencia emocional y el aprendizaje autorregulado, en 105 adolescentes, con método cuantitativo, correlacional, hipotético deductivo, básica, no experimental, aplicando el Inventario ICE: NA de Bar-On, el Cuestionario de aprendizaje autorregulado, por Coba (2022), resultando que existe correlación positiva y alta entre las variables ($Rho = .818$; $p < .05$), concluyendo que la inteligencia emocional es de apoyo para el buen aprendizaje.

Salinas (2021), en Lima, relacionó el ciberacoso en pareja y el bienestar psicológico, en 181 adolescentes, con método correlacional, no experimental, transversal, aplicando la escala EVIME y escala BIEPS-J. resultando que existe relación inversa y moderadamente entre las variables ($Rho = -.477$, $p = .000$), concluyendo que el ciberacoso afecta el bienestar psicológico.

Alcántara (2021), en Lima, comparó el funcionamiento familiar e inteligencia emocional, en 372 estudiantes, con método descriptivo, comparativo, no experimental, aplicando la escala Faces III y el Ice BarOn: NA, resultando que no existen diferencias entre funcionamiento familiar ($U = .14826.500$) e inteligencia emocional ($U = 14158.000$) según colegio ($p = .505$), concluyendo que hay diferencias según sexo en estudiantes.

Vera (2020), en Lima, determinó la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico, en 30 estudiantes, con método cuantitativo, correlacional, no experimental, transeccional, aplicando El BAR-ON (I-CE) y el EBP, resultando existe relación entre las variables ($Rho = .933$; $p = .000$), concluyendo que la inteligencia emocional está muy vinculada al bienestar psicológico.

2.1.3. Regional y local

Gallardo (2022), en Trujillo, relacionó la inteligencia emocional según género, en 100 estudiantes, con método no experimental, transversal, descriptivo, comparativo, aplicando el Bar-On ICE:NA. Resultando que no existen diferencias entre ambos géneros ($U=1023$; $p>.05$), concluyéndose que cuentan con similares habilidades emocionales.

López (2021), en Ucayali, relacionó bienestar psicológico, y acoso escolar, en 299 adolescentes, con método cuantitativo, básica, descriptivo, correlacional, no experimental, transversal, aplicando el BIEPS-J, el Autotest de acoso escolar. Resultando que existe una correlación negativa ($Rho=-.244$; $P<0.05$), concluyendo que cuanto menor sea el bienestar psicológico, mayor será la concurrencia de conductas de índole agresivo.

Cahua (2021), en Arequipa, relacionó la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en las estrategias de afrontamiento, en 146 estudiantes, con método no experimental, transversal y correlacional, aplicando el EQ-I BarOn y el BIEPS-J, resultando que en inteligencia emocional se relaciona con las estrategias de resolución de problemas ($Rho=.362$) y relación con los demás ($Rho=.220$), y con el bienestar psicológico se relaciona con las estrategias de resolución de problemas ($Rho=.423$) y relación con los demás ($Rho=.215$), concluyendo que los estudiantes cuentan con habilidades de resolución de problemas.

Morán y Silva (2021), en Trujillo, relacionaron la inteligencia emocional y bienestar psicológico, en 115 alumnas, con método no experimental, transversal y correlacional, aplicando el Bar-On ICE:NA y el BIEPS-J, resultando que existe correlación directa y baja ($Rho=.200$; $p=.037$), concluyendo que el bienestar mejora al utilizar la inteligencia emocional.

Yalta (2020), en Tarapoto, relacionó la inteligencia emocional y el bienestar psicológico, en 36 estudiantes, con método cuantitativo, descriptivo, no experimental, trasversal, aplicando el BarOn NA-A y la escala de bienestar psicológico de Ryff, resultando que no existe relación entre las variables ($Rho=.328$; $p=.050$), concluyendo que el bienestar no se ve influenciado por la inteligencia emocional.

Cabeza y Díaz (2019), en Ancash, relacionaron el clima social familiar e inteligencia emocional, en 38 estudiantes, con método básico, correlacional, descriptivo, aplicando la escala FES, y el Bar-On ICE: NA, resultando que existe relación entre las

variables ($Rho=.860$; $p<0.05$), concluyendo que, a buen clima social familiar, se percibe mejor inteligencia emocional.

Rodríguez y Sánchez (2019), en Nuevo Chimbote, relacionó la IE y la conducta agresiva, en 232 estudiantes, con método no experimental, transversal y correlacional, aplicando cuestionario de agresividad y el BarOn Ice, resultando que existe relación entre las variables ($Rho=-.231$; $p=.000$), concluyendo que la conducta agresiva perjudica la inteligencia emocional.

Quezada (2019), en Nuevo Chimbote, relacionó el apego, bienestar psicológico y acoso escolar, en 344 estudiantes, con método descriptivo y correlacional, aplicando el CaMir-R, el Auto – test de Acoso escolar y la escala de Bienestar Psicológico. Resultando que existe relación negativa entre las variables ($Rho=-.272$; $p<0,01$), concluyendo que el acoso escolar afecta el bienestar de los estudiantes.

Avalos y Calle (2019), en Nuevo Chimbote, relacionaron entre la inteligencia emocional y bienestar psicológico, en 286 estudiantes, con método no experimental, transversal y correlacional, aplicando el BarOn ICE: NA, y la escala de bienestar psicológico de Ryff, resultando que existe relación positiva débil ($Rho=.470$; $p<0.05$), existe correlación positiva débil entre bienestar y las subescalas ($.357$) intrapersonal; ($.184$) interpersonal; ($.461$) manejo de estrés; ($.159$) impresión positiva y correlación positiva moderada ($.509$) del ánimo general; concluyendo que al contar con inteligencia emocional, se percibirá mejor bienestar.

2.2. Marco Teórico

2.2.1. Acerca de la inteligencia emocional

2.2.1.1. Inteligencia

La inteligencia emocional es una habilidad fundamental en la vida de los alumnos de secundaria, que abarca la capacidad de reconocer, comprender y gestionar las propias emociones, así como las emociones de los demás. En esta etapa crucial de su desarrollo, los estudiantes experimentan una amplia gama de emociones y enfrentan desafíos tanto académicos como personales. La inteligencia emocional les proporciona herramientas valiosas para navegar estas experiencias de manera saludable y efectiva.

Polo (2022) menciona que el concepto de inteligencia toma en cuenta unos mecanismos para la ejecución de habilidades variadas tanto para razonar, hacer comprensión, realizar escritura, articular verbalmente, identificar dificultades y resolverlas. Esta amplia gama de capacidades cognitivas permite a las personas enfrentar una diversidad de desafíos en su entorno y en su vida cotidiana, fomentando la adaptabilidad y la resiliencia.

La inteligencia permite al individuo adaptarse al medio y planificar acciones frente a los problemas del día. Esta capacidad no solo involucra la resolución de problemas de manera efectiva, sino también la capacidad de anticipar obstáculos potenciales y desarrollar estrategias proactivas para superarlos, lo que contribuye a un mayor éxito en la consecución de metas y objetivos (Polo, 2022).

Según Sternberg, la inteligencia permite situarnos en cualquier contexto con la experiencia aprendida, guarda relación con el desarrollo biológico y la. Esta visión resalta la interacción entre los aspectos biológicos y ambientales en el desarrollo de la inteligencia, sugiriendo que las experiencias acumuladas a lo largo de la vida influyen en la forma en que una persona aborda y comprende situaciones diversas. herencia (Jesu Prakash y Vasimalairaja, 2021)

La inteligencia es determinada por el entorno donde se desarrolla la persona en cuanto a sus habilidades personales, siendo la familia un componente fundamental al influir sobre el individuo. La influencia del entorno social, especialmente el núcleo familiar, es crucial en la formación de la inteligencia de una persona. Las interacciones familiares, las oportunidades de aprendizaje y el apoyo emocional desempeñan un papel crucial en el desarrollo de las capacidades intelectuales y emocionales (Polo, 2022).

La inteligencia emocional emerge como una herramienta esencial en la etapa de secundaria, brindando a los estudiantes de 1ro a 5to año las capacidades necesarias para navegar las complejidades emocionales propias de la adolescencia. A medida que enfrentan desafíos académicos y personales, cultivar la autoconciencia, la empatía y las habilidades sociales se convierte en un factor clave para su bienestar emocional y éxito a largo plazo. Si bien el texto original resalta la relevancia de la inteligencia emocional, una consideración más profunda de sus aplicaciones prácticas y desafíos potenciales podría enriquecer aún más su comprensión y aplicación en el entorno educativo.

2.2.1.2. Definición de inteligencia emocional

Según el enfoque de Daniel Goleman, la inteligencia emocional no solo se limita a la gestión interna de emociones, sino que también juega un papel crucial en nuestras interacciones con el entorno. Esta habilidad se construye mediante el desarrollo de destrezas emocionales y el entendimiento de los propios sentimientos, así como mediante la adaptación de rasgos de personalidad que permiten una relación efectiva con el mundo que nos rodea (Avalos y Calle, 2019).

En el contexto de los alumnos de secundaria, la inteligencia emocional va más allá de la autorregulación y se relaciona directamente con la adquisición de autonomía y habilidades sociales. Los jóvenes en esta etapa necesitan no solo comprender y manejar sus emociones, sino también aprender a establecer relaciones saludables y efectivas para resolver los problemas que enfrentan tanto en el entorno escolar como en sus relaciones personales (Cabeza y Díaz, 2019).

Desde la perspectiva de BarOn, la inteligencia emocional tiene un enfoque práctico y diario. Permite a los individuos comprenderse a sí mismos a un nivel profundo y actuar de manera adecuada ante las demandas cotidianas. Esta capacidad de auto comprensión no solo influye en la toma de decisiones informadas, sino que también contribuye a una mayor adaptabilidad y éxito en las actividades diarias (Aristi y Pomares, 2022).

La regulación emocional, otra dimensión fundamental de la inteligencia emocional, proporciona a los estudiantes las herramientas para guiar sus pensamientos y comportamientos de manera adecuada en diferentes situaciones. Esta capacidad les ayuda a evitar reacciones impulsivas y a responder de manera más consciente y efectiva a los desafíos y cambios que enfrentan en su entorno (Condori, 2021).

Reconociendo los sentimientos propios y ajenos, canalizando las emociones y encontrando la motivación personal son habilidades intrínsecas a la inteligencia emocional, tal como lo sugiere Jiménez (2018). Esta competencia no solo fomenta una mayor comprensión de las emociones, sino que también proporciona la energía emocional necesaria para abordar las tareas y metas con entusiasmo y perseverancia, lo cual es especialmente relevante para los estudiantes en su trayectoria académica y personal (Condori, 2021).

La inteligencia emocional se revela como un recurso fundamental en la trayectoria educativa de los estudiantes de secundaria. Su alcance abarca mucho más que la simple gestión interna de emociones, extendiéndose hacia la habilidad de establecer relaciones efectivas con el entorno y los demás. En el contexto de la educación secundaria, esta destreza adquiere un valor crucial al impulsar la adquisición de autonomía y destrezas sociales, esenciales para resolver los desafíos académicos y personales característicos de esta etapa.

2.2.1.3. Características de la inteligencia emocional

Según Rodríguez y Sánchez (2019), Goleman también resalta la importancia del manejo de emociones y la habilidad para percibir objetivamente las emociones y expresiones, lo que contribuye a un mejor entendimiento de las interacciones humanas. Además, la inteligencia emocional capacita para interpretar y comprender las diversas facetas de las emociones, incluyendo su origen y manifestaciones como la depresión.

De acuerdo a Sanjuán (2019), enfatiza que individuos con inteligencia emocional no solo gestionan sus emociones, sino que también desarrollan empatía y toman decisiones acertadas, logrando un equilibrio entre sus objetivos personales, una autoestima sólida y la habilidad para enfrentar y superar desafíos con resiliencia.

La inteligencia emocional engloba habilidades esenciales para el crecimiento personal: autoconciencia, empatía y manejo emocional. Interpretar emociones y desarrollar estas capacidades resulta en actitudes positivas, toma de decisiones informadas, logro de metas y resiliencia. Este enfoque subraya su relevancia en el desarrollo integral y en relaciones interpersonales.

2.2.1.4. Importancia de la inteligencia emocional

Karimpour et al. (2019) destacan que la inteligencia emocional desempeña un papel fundamental en el logro de metas y el éxito personal. Esta habilidad permite a las personas manejar sus emociones de manera efectiva, lo que a su vez influye en su capacidad para tomar decisiones acertadas y mantener una actitud positiva. Además, la inteligencia emocional fomenta el desarrollo de relaciones interpersonales saludables, potenciando la empatía y la comunicación efectiva, lo que contribuye significativamente a la consecución de objetivos y al éxito en diferentes áreas de la vida. }

La importancia de la inteligencia emocional abarca desde el entorno escolar hasta el ámbito familiar. Su desarrollo adecuado no solo impacta en el rendimiento académico, sino que también contribuye a la formación de individuos equilibrados emocionalmente. Esto se traduce en una vida armoniosa, ya que la inteligencia emocional promueve la autorregulación emocional, la empatía y la resolución constructiva de conflictos, habilidades esenciales tanto para el éxito académico como para la construcción de relaciones interpersonales saludables en el hogar y en la sociedad en general (Karimpour et al., 2019).

Akanska y Anshika (2020) subrayan que la inteligencia emocional juega un papel fundamental al fomentar la utilización adecuada de las emociones. Esta capacidad no solo permite a las personas comprender y gestionar sus propias emociones, sino que también influye en su capacidad para interpretar y responder a las emociones de los demás de manera efectiva. Esta habilidad para predecir y manejar las interacciones emocionales se traduce en un mejor desempeño en situaciones sociales, fortaleciendo las relaciones interpersonales y contribuyendo positivamente a diversos aspectos de la vida personal y profesional.

La inteligencia emocional demuestra su utilidad al abordar los desafíos emocionales propios de la adolescencia. Al desarrollar habilidades de autorregulación, autoconciencia y empatía, los adolescentes pueden comprenderse mejor a sí mismos y gestionar sus emociones de manera saludable. Esto no solo facilita su adaptación a los cambios internos y externos propios de esta etapa, sino que también mejora su capacidad para establecer conexiones significativas con sus pares y su entorno, sentando las bases para relaciones interpersonales más positivas y un crecimiento emocional sostenible (Akanska y Anshika, 2020).

La presencia de inteligencia emocional en los estudiantes se correlaciona con la habilidad para gestionar el estrés, cultivar un estado de ánimo positivo y satisfacer sus necesidades emocionales. Este equilibrio emocional se traduce en un rendimiento académico mejorado y una disminución de conductas negativas. Además, la inteligencia emocional parece actuar como factor protector, reduciendo la probabilidad de conductas de riesgo como el inicio temprano de la actividad sexual, al proporcionar herramientas para la toma de decisiones conscientes y una comprensión más profunda de las implicaciones emocionales de dichas acciones (Bata y Castro, 2021).

2.2.1.5. Dimensiones de la inteligencia emocional

En Matta y Olaya (2022), refiere que BarOn desarrolló su teoría de inteligencia emocional basándose en las capacidades relacionales y el entorno. Su enfoque abarca competencias sociales y emocionales, reconociendo la importancia de comprender y gestionar las propias emociones, así como establecer relaciones saludables con los demás. Esta perspectiva integral considera que las habilidades emocionales y sociales son fundamentales para el bienestar y el éxito en la vida, y que su desarrollo es influenciado tanto por factores internos como por el entorno en el que se desenvuelve la persona.

En la teoría de BarOn, según Matta y Olaya (2022), distribuyó su instrumento en seis subescalas:

1) Estado de ánimo general: Según Matta y Olaya (2022), se caracteriza por estar centrado en el optimismo basado en la autoeficacia. Esto implica que una actitud positiva y la creencia en la propia capacidad pueden influir en el estado emocional de una persona. Además, Bueno (2019) añade que este estado de ánimo también se relaciona con la regulación emocional, donde se busca gestionar las emociones en respuesta a las circunstancias, buscando activamente soluciones para los desafíos emocionales que puedan surgir. En resumen, este enfoque subraya la influencia del optimismo y la habilidad de regular las emociones para mantener un estado de ánimo general positivo y equilibrado.

2) Adaptabilidad: Luy-Montejo (2019) Indica que se examina la situación actual y se proponen respuestas, haciendo hincapié en la creación de un discurso apropiado, simple y fácil de entender. Esto permite abordar eficazmente circunstancias desfavorables mediante la práctica de la autorregulación, promoviendo un enfoque constructivo ante los desafíos presentes.

3) Manejo de emociones: Según Matta y Olaya (2022), hacen mención a la capacidad del individuo para adaptarse al estrés, gestionar impulsos y conservar la serenidad al enfrentar situaciones sin ceder ante las emociones. Según Bueno (2019), esta destreza radica en la aptitud para abordar desafíos de manera eficaz y resiliente, demostrando una notable habilidad en la resolución de problemas.

4) Interpersonal: Según Matta y Olaya (2022), consiste en reconocer las emociones, prestando atención especial a las señales gestuales y las manifestaciones faciales, reconociendo la influencia de nuestras acciones en los demás. De acuerdo con

Cazallo et al. (2020), esta práctica se vincula estrechamente con el desarrollo de habilidades para una vida equilibrada y la capacidad de comunicarse de manera asertiva.

5) **Intrapersonal:** Constituyen habilidades para generar una comprensión interna de uno mismo y estar consciente de ese reconocimiento interno, como sostiene Bueno (2019). De acuerdo con Matta y Olaya (2022), resaltan su importancia en la comprensión de los estados de ánimo, lo cual resulta fundamental para navegar las complejidades emocionales.

6) **Impresión positiva:** De acuerdo con Muñoz (2022), señalan que la persona desarrolla una imagen excesivamente positiva de sí misma, exagerando sus cualidades y logros. Esta actitud puede influir en la forma en que se percibe y se relaciona con los demás, impactando en su autoestima y en las interacciones sociales.

La teoría de inteligencia emocional de BarOn destaca cómo las habilidades emocionales y sociales son determinantes para el bienestar, la adaptación y el éxito en la vida. Su enfoque integral reconoce la influencia conjunta de factores internos y del entorno en el desarrollo de estas competencias, subrayando así la importancia de cultivar una inteligencia emocional sólida para lograr una vida equilibrada y relaciones interpersonales efectivas.

2.2.1.6. Teorías relacionadas a la inteligencia emocional

1) **Teoría de Mayer y Salovey:** según Aristi y Pomares (2022), se establece la habilidad de reconocer y comprender las señales emocionales, así como las implicaciones de estas al tomar decisiones. Además, implica la regulación activa de las emociones y una reflexión profunda sobre cómo estas afectan tanto al individuo como a sus interacciones con los demás. Esta perspectiva subraya la importancia de la inteligencia emocional en la navegación efectiva de las relaciones personales y profesionales.

2) **Teoría de Goleman:** Cholán y Burga (2019) la conceptualizan como la capacidad para mantener la determinación frente a obstáculos, al mismo tiempo que se posee una comprensión profunda de los estados emocionales propios y su impacto en los demás. Para alcanzar esta destreza, es esencial cultivar la empatía, ejercer control sobre las propias emociones y demostrar madurez emocional. Estas cualidades, a su vez, allanan el camino hacia el logro de metas al permitir la emisión de respuestas pertinentes y en el momento adecuado.

3) Modelo de Petrides y Furnham: Citados en Altamirano y Maza (2022), es una cualidad o rasgo de la personalidad y puede ser medida mediante competencias emocionales, cuenta con factores de adaptabilidad, observándose individuos flexibles y abiertos al cambio, siendo asertivos, percibiendo las emociones de los demás, expresándolas, sabiendo cómo gestionar las emociones de los demás, logra una reflexión sobre las mismas, manteniendo vínculos saludables, mediante una buena autoestima que permitirá la confianza en las capacidades personales y su automotivación resiliente, siendo competente para laborar en un equipo, dominando las presiones y las tensiones, siendo empático para percibir a otras personas, sintiendo satisfacción y conformidad con su vida, con una actitud optimista.

Las distintas teorías y modelos que abordan la inteligencia emocional, como expuestos por varios autores en sus investigaciones, destacan su papel esencial en el desarrollo personal y en las relaciones interpersonales. Estos enfoques resaltan la capacidad de reconocer y regular las emociones propias y ajenas, así como la habilidad de mantener el autocontrol, la empatía y la adaptabilidad. La inteligencia emocional se erige como una competencia crucial para enfrentar desafíos, tomar decisiones informadas y fomentar el bienestar psicológico, fortaleciendo la calidad de vida y las interacciones sociales.

2.2.2. Acerca del bienestar psicológico

2.2.2.1. Definición del bienestar psicológico

El bienestar psicológico es el estado general de salud mental y emocional de una persona. Implica sentirse satisfecho con la vida, experimentar emociones positivas, tener un sentido de propósito y autonomía, manejar el estrés de manera efectiva y mantener relaciones sociales saludables. Es un equilibrio dinámico entre aspectos emocionales, cognitivos y sociales que contribuyen a una sensación de plenitud y satisfacción en la vida.

Según Ryff, el bienestar psicológico representa la estabilidad que activa las emociones y el potencial humano para lograr su autorrealización como indican. Este enfoque sugiere que el bienestar se deriva de la interacción armoniosa entre las emociones y el desarrollo personal, impulsando un sentido de plenitud y crecimiento integral en la vida de una persona (Avalos y Calle, 2019).

Según Vera (2020) el bienestar implica una evaluación integral de cada faceta de la vida, arraigada en la búsqueda constante de aprendizaje y desarrollo personal. Esta reflexión abarca diversos aspectos de la existencia y se fundamenta en la construcción continua de conocimiento y experiencia para fomentar un estado de satisfacción y realización en todas las áreas.

Siguiendo la perspectiva de Ryff, el bienestar implica la capacidad de impulsar el potencial humano hacia la excelencia, otorgando un propósito y significado profundo a la propia existencia. Esta visión resalta la importancia de desarrollar nuestras capacidades y encontrar un sentido en lo que hacemos como un camino hacia la realización personal y el bienestar integral (Yalta, 2020).

De acuerdo con Casullo y Castro, el bienestar implica la manera en que una persona percibe sus metas y objetivos en la vida, acompañado de un grado de satisfacción en relación a esos aspectos. Esta perspectiva pone de relieve la importancia de la evaluación subjetiva y emocional de nuestras aspiraciones y logros como componentes esenciales para alcanzar un estado de bienestar (Cruz, 2022).

El enfoque se dirige hacia las habilidades y el crecimiento individual, abarcando la capacidad para enfrentar desafíos y, a través del esfuerzo, cultivar valores que conducen a la sensación de satisfacción. Esta orientación implica la autodisciplina, la superación de obstáculos y la alineación con principios que contribuyen a un sentido de logro y bienestar. (Barrionuevo y Córdova, 2021).

El bienestar psicológico se refiere al estado general de salud mental y emocional de un individuo, caracterizado por la satisfacción con la vida, emociones positivas, sentido de propósito, manejo del estrés y relaciones sociales saludables. Según distintos enfoques, este bienestar es un equilibrio dinámico que involucra aspectos emocionales, cognitivos y sociales, contribuyendo a una sensación de plenitud y satisfacción en la vida.

2.2.2.2. Características del bienestar psicológico

A través de los preceptos de Ryff, se delinean dimensiones esenciales del bienestar psicológico, como el autodescubrimiento y la aceptación, la habilidad para enfrentar los desafíos con flexibilidad, la construcción de relaciones significativas y saludables, el ejercicio de la autonomía y la capacidad de encontrar un sentido trascendente en la propia

existencia. Estas áreas interconectadas conforman un marco integral para cultivar una vida emocionalmente rica y equilibrada (Vera, 2020).

El bienestar psicológico emerge como un estado integral de salud mental, enfocado en la satisfacción con la vida, el manejo de emociones y el desarrollo personal. A través de enfoques, se identifican dimensiones clave que abarcan desde la autoexploración hasta la construcción de relaciones significativas y la búsqueda de un propósito trascendente. Esta comprensión holística subraya la importancia de cultivar un equilibrio entre aspectos emocionales, cognitivos y sociales para alcanzar un estado de plenitud y satisfacción en la vida.

2.2.2.3. Factores que influyen en el bienestar psicológico

En el análisis de Vera (2020), se destaca que el bienestar psicológico se encuentra influenciado por múltiples dimensiones. Los factores personales, como los rasgos de personalidad y atributos individuales, moldean la base desde la cual se experimenta el bienestar. Los factores psicosociales, alineados con valores sociales y estrategias de afrontamiento, juegan un papel crucial al establecer conexiones significativas con la sociedad y enfrentar desafíos. Además, los factores circunstanciales, que incluyen momentos memorables y eventos trascendentales en la vida de una persona, también contribuyen a la percepción global de bienestar. Esta comprensión holística subraya la interacción entre lo interno, lo social y lo externo en la construcción del bienestar psicológico.

Los aspectos personales, incluyendo rasgos de personalidad y atributos individuales, establecen la base desde la cual se experimenta el bienestar. Los factores psicosociales, alineados con valores sociales y estrategias de afrontamiento, desempeñan un papel esencial en la creación de conexiones significativas con la sociedad y la superación de desafíos. Además, los factores circunstanciales, que abarcan momentos memorables y eventos trascendentales, también contribuyen a la percepción global del bienestar. Esta comprensión integral subraya la interacción entre elementos internos, sociales y externos en la construcción del bienestar psicológico.

2.2.2.4. Dimensiones del bienestar psicológico

El modelo multidimensional de Ryff ofrece una comprensión detallada de cómo enfrentar los desafíos de la vida al establecer objetivos personales. Esto se relaciona

estrechamente con el bienestar psicológico al fomentar el desarrollo integral del individuo. Al abordar aspectos como el autodescubrimiento, la adaptabilidad, las relaciones significativas y la búsqueda de un propósito, el modelo de Ryff proporciona un marco completo para fortalecer la resiliencia emocional y promover el crecimiento personal en armonía con la percepción de bienestar (Pomaya y Tarco, 2020).

En la teoría de Ryff, según Cabos (2019), divide su instrumento en seis dimensiones:

1) Auto aceptación: según Ryff, es sentirse bien a pesar de las limitaciones, teniendo actitudes positivas, conociendo e identificando lo que le agrada y lo que le desagrada, reconoce también sus fortalezas y debilidades, reconociendo sus limitaciones para ser objetivo (Cabo, 2019).

2) Relaciones Positivas: De acuerdo con Ryff, depositar confianza en las personas tiene un impacto significativo a nivel personal, contribuyendo a la satisfacción con la vida. Esta disposición hacia la confianza facilita la construcción de relaciones óptimas y duraderas, que a su vez pueden enriquecer la calidad de vida. Esta perspectiva enfatiza cómo la confianza en otros no solo mejora el bienestar individual, sino que también fortalece el tejido social y promueve una mayor conexión y satisfacción en la vida (Cabo, 2019).

3) Autonomía: Siguiendo la visión de Ryff, la habilidad para afrontar la individualidad en contextos sociales implica la capacidad de regular el comportamiento, realizar autoevaluaciones y tomar acciones en consonancia con los propios estándares y valores. Este enfoque resalta la importancia de mantener la autenticidad mientras se interactúa con los demás, lo que contribuye a una coexistencia armoniosa y al mismo tiempo fortalece la autoimagen y el bienestar personal (Cabo, 2019).

4) Dominio del Entorno: Según la perspectiva de Ryff, el sentimiento de dominar el entorno y ejercer influencia en el medio circundante se relaciona con la capacidad de reconocer desafíos y gestionarlos de manera efectiva. Esta percepción de control no solo implica la confianza en la capacidad personal para superar obstáculos, sino que también está asociada con una mayor sensación de bienestar al enfrentar situaciones desafiantes con un enfoque proactivo y positivo. (Cabo, 2019).

5) Propósito en la vida: Siguiendo la interpretación de Ryff, tener un sentido de propósito implica tener una comprensión clara de lo que se busca en la vida y atribuirle significado en función de objetivos y metas personales. Este sentido de dirección y proyecto vital no solo contribuye al bienestar psicológico, sino que también proporciona una base sólida para la toma de decisiones, la motivación y la sensación de logro en la vida cotidiana (Cabo, 2019).

6) Crecimiento personal: Siguiendo la visión de Ryff, cultivar el bienestar implica establecer condiciones propicias para el desarrollo de potenciales y el crecimiento personal. Este enfoque enfatiza la importancia de poseer cualidades que faciliten la mejora del propio potencial, resultando en la consecución de la madurez, la productividad y la estabilidad emocional. Estos elementos se entrelazan para crear un marco en el que el individuo puede florecer y experimentar una sensación de plenitud y realización en su vida (Cabo, 2019).

Los aspectos personales, incluyendo rasgos de personalidad y atributos individuales, establecen la base desde la cual se experimenta el bienestar. Los factores psicosociales, alineados con valores sociales y estrategias de afrontamiento, desempeñan un papel esencial en la creación de conexiones significativas con la sociedad y la superación de desafíos. Además, los factores circunstanciales, que abarcan momentos memorables y eventos trascendentales, también contribuyen a la percepción global del bienestar. Esta comprensión integral subraya la interacción entre elementos internos, sociales y externos en la construcción del bienestar psicológico.

2.2.2.5. Teorías relacionadas al bienestar psicológico

1) Teorías de Bienestar Universalistas: Castillo (2018) menciona que el bienestar implica lograr metas y objetivos específicos, los cuales varían según la etapa de desarrollo de cada individuo. Este enfoque destaca las necesidades fundamentales de ser competente, capaz de tomar decisiones autónomas, y establecer relaciones sociales significativas. Estas aspiraciones personales, en conjunto con la satisfacción de estas necesidades esenciales, contribuyen al bienestar y al sentido de realización en la vida de cada persona.

2) Teoría del Modelo Situacional: El bienestar psicológico se desarrolla en respuesta a las experiencias previas vividas por el individuo. Esto implica que las vivencias

pasadas, las interacciones sociales y los aprendizajes acumulados influyen en la percepción y construcción del bienestar emocional y mental de una persona. Estas experiencias actúan como cimientos que moldean la forma en que una persona aborda los desafíos, gestiona sus emociones y se relaciona con su entorno para lograr un estado de bienestar (Castillo, 2018).

3) Teoría de la Adaptación: Las personas que han experimentado un trauma tienen la capacidad de recuperar su satisfacción personal a medida que afrontan y superan eventos estresantes. Este proceso sugiere que, a pesar de las dificultades y desafíos, las personas pueden encontrar formas de adaptarse, sanar y restaurar su bienestar emocional, incluso después de haber enfrentado situaciones traumáticas. El proceso de recuperación y resiliencia juega un papel esencial en esta restauración de la satisfacción y el equilibrio emocional (Castillo, 2018).

4) Teoría de bienestar psicológico de Casullo: según Ubillus (2018), Casullo desarrolló su enfoque basado en el modelo de Ryff, el cual identifica dimensiones clave para el bienestar. Esto incluye la autoaceptación y la aceptación del entorno, así como el establecimiento de vínculos sociales saludables y estables. Además, este enfoque destaca la importancia de tener un sentido de control sobre las situaciones de la vida. Al aplicar estas dimensiones, el modelo de Casullo busca proporcionar una estructura para comprender y promover el bienestar psicológico al considerar diversos aspectos de la vida y las relaciones interpersonales.

A través de las teorías examinadas, se resalta la complejidad del bienestar psicológico. Estos enfoques subrayan la interacción entre factores personales, experiencias pasadas, adaptación a desafíos y construcción de relaciones significativas en la consecución del bienestar. La comprensión holística de estas teorías enfatiza la importancia de abordar el bienestar desde perspectivas multidimensionales, reconociendo la influencia de aspectos internos y externos en la formación de una vida emocionalmente plena y equilibrada.

2.2.3. Acerca de la adolescencia

Según Aristi y Pomares (2022), es una etapa de transición para llegar al final a la etapa adulta, considerando los diversos cambios vitales y ambientales. Se consolidan cada aspecto, capacidades y habilidades teniendo un desenvolvimiento más notable en lo laboral (Papalia, 2017). Es una oportunidad para crecer en diferentes aspectos del desarrollo en que

se encuentran, teniendo mayores ventajas si se cuentan con buenas relaciones (Villantoy, 2022).

Posteriormente, los adolescentes exploran su identidad frente a confusión, porque están consolidando su personalidad, el autoconcepto e independencia y desarrollo de una identidad sexual satisfactoria (Papalia, 2017). En las relaciones sociales, necesitan vincularse, sentirse aceptados e integrados (Papalia, 2017). Según su género solo habría diferencias en la expresión de la empatía y emociones (Gallardo, 2022).

De acuerdo con Ibáñez y Santos (2021), la adolescencia se divide en una etapa temprana por su desarrollo físico, cognitivo y social, buscando su autonomía e identidad; una etapa media donde logra parcialmente su adaptación y auto aceptación, y va conformando grupos; una etapa tardía, logrando un mayor nivel comunicativo, se encuentra estable en su identidad, emociones y autonomía, sin embargo, las responsabilidades les genera ansiedad.

La etapa de la adolescencia emerge como un período de transición hacia la adultez, marcado por cambios vitales y ambientales. Durante este tiempo, se consolidan habilidades y capacidades, especialmente en el ámbito laboral. La exploración de la identidad, el autoconcepto y las relaciones sociales son componentes cruciales en esta fase de desarrollo, que se presenta como una oportunidad para el crecimiento en diversos aspectos.

2.3. Marco conceptual

Inteligencia emocional: La inteligencia emocional, es la habilidad para reconocer, comprender y gestionar las propias emociones y las de los demás, influyendo en el bienestar personal y las relaciones interpersonales (Bar On, 1997).

Bienestar psicológico: Es un estado en el cual un individuo experimenta un funcionamiento positivo en diversos dominios de la vida, incluyendo el autodesarrollo, relaciones interpersonales, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y autoaceptación (Ryff, 1995).

CAPITULO III

RESULTADOS

Tabla 3 Nivel de inteligencia emocional

	Nivel	N	%
Inteligencia Emocional	Bajo	28	20.9
	Medio	79	59.0
	Alto	27	20.1
	Total	134	100.0

En la tabla 3, en inteligencia emocional se observa que los estudiantes perciben un nivel medio (59%), nivel bajo con (20.9%) y nivel alto con (20.1%)

Tabla 4 Nivel para dimensiones de Inteligencia Emocional en estudiantes de secundaria

		N	%
Estado de ánimo general	Bajo	27	20.1
	Medio	78	58.2
	Alto	29	21.6
Adaptabilidad	Bajo	30	22.4
	Medio	70	52.2
	Alto	34	25.4
Manejo de emociones	Bajo	35	26.1
	Medio	67	50
	Alto	32	23.9
Interpersonal	Bajo	24	17.9
	Medio	82	61
	Alto	28	20.9
Intrapersonal	Bajo	30	22.4
	Medio	66	49.3
	Alto	38	28.4
Impresión positiva	Bajo	32	23.9
	Medio	63	47
	Alto	39	29.1
Total		134	100

En la tabla 4, a nivel dimensional denotan un nivel medio en: Estado de ánimo general (58.2%), Adaptabilidad (52.2%), Manejo de emociones (50%), Interpersonal (61.2%), Intrapersonal (49.3%), Impresión positiva (47%).

Tabla 5 *Nivel de bienestar psicológico*

	Nivel	N	%
Bienestar Psicológico	Bajo	38	28.4
	Medio	70	52.2
	Alto	26	19.4
	Total	134	100.0

En la tabla 5, el nivel de bienestar Psicológico se observa que los estudiantes perciben un nivel medio (52.2%), bajo (28.4%) y alto (19.4%)

Tabla 6 Nivel para la variable y dimensiones de Bienestar Psicológico en estudiantes de secundaria

		N	%
Auto aceptación	Bajo	35	26.1
	Medio	70	52.2
	Alto	29	21.6
Relaciones Positivas	Bajo	32	23.9
	Medio	72	53.7
	Alto	30	22.4
Autonomía	Bajo	59	44
	Medio	48	35.8
	Alto	27	20.1
Dominio del Entorno	Bajo	30	22.4
	Medio	70	52.2
	Alto	34	25.4
Propósito en la vida	Bajo	33	24.6
	Medio	71	53
	Alto	30	22.4
Crecimiento personal	Bajo	20	14.9
	Medio	76	56.7
	Alto	38	28.4
Total		134	100

En la tabla 6, nivel dimensional denotan un nivel medio en: Auto aceptación (52.2%), Relaciones Positivas (53.7%), Dominio del Entorno (52.2%), Propósito en la vida (53%), Crecimiento personal (56.7%). Y un nivel bajo en Autonomía (44%).

Tabla 7 *Análisis correlacional entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria*

	Bienestar psicológico	Sig (p)
HI: Inteligencia emocional	.141	.103

Nota. $p < 0.05$

En la tabla 7, no existe relación entre Inteligencia emocional y Bienestar psicológico ($p = .103$), teniendo un tamaño de efecto muy bajo ($\rho = .141$).

Tabla 8 *Análisis correlacional entre las dimensiones de inteligencia emocional y la variable bienestar psicológico en estudiantes de secundaria*

	Bienestar psicológico	Sig (p)
Estado de ánimo general	.046	.599
Adaptabilidad	.059	.496
Manejo de emociones	.241**	.005
Interpersonal	.287**	.001
Intrapersonal	.085	.327
Impresión positiva	.152	.079

Nota.

**p<0.01

*p<0.05

En la tabla 8, no existe relación entre Estado de ánimo general y Bienestar psicológico ($p=.599$), teniendo un tamaño de efecto nulo ($\rho=.046$). Además, no existe relación entre Adaptabilidad y Bienestar psicológico ($p=.496$), teniendo un tamaño de efecto nulo ($\rho=.059$). Por otra parte, existe relación entre Manejo de emociones y Bienestar psicológico ($p=.005$), teniendo un tamaño de efecto bajo ($\rho=.241$)

También, existe relación entre Interpersonal y Bienestar psicológico ($p=.001$), teniendo un tamaño de efecto bajo ($\rho=.287$). No obstante, no existe relación entre Intrapersonal y Bienestar psicológico ($p=.327$), teniendo un tamaño de efecto nulo ($\rho=.085$). Por último, no existe relación entre Impresión positiva y Bienestar psicológico ($p=.079$), teniendo un tamaño de efecto muy bajo ($\rho=.152$).

Tabla 9 *Análisis correlacional entre las dimensiones de bienestar psicológico y la variable inteligencia emocional en estudiantes de secundaria*

	Inteligencia emocional	Sig (p)
Auto aceptación	,118	,175
Relaciones Positivas	,189*	,029

Autonomía	-.066	.447
Dominio del Entorno	,237**	,006
Propósito en la vida	,101	,244
Crecimiento personal	,052	,548

Nota.

**p<0.01

*p<0.05

En la tabla 9, no existe relación entre Auto aceptación e inteligencia emocional ($p=.175$), teniendo un tamaño de efecto bajo ($\rho=.118$). Además, existe relación entre Relaciones Positivas e inteligencia emocional ($p=.029$), teniendo un tamaño de efecto bajo ($\rho=.189$). Por otra parte, no existe relación entre Autonomía e inteligencia emocional ($p=.447$), teniendo un tamaño de efecto nulo ($\rho=-.066$).

También, existe relación entre Dominio del Entorno e inteligencia emocional ($p=.006$), teniendo un tamaño de efecto bajo ($\rho=.237$). No obstante, no existe relación entre Propósito en la vida e inteligencia emocional ($p=.244$), teniendo un tamaño de efecto bajo ($\rho=.101$). Por último, no existe relación entre Crecimiento personal e inteligencia emocional ($p=.548$), teniendo un tamaño de efecto muy nulo ($\rho=.052$).

CAPITULO IV

ANÁLISIS DE RESULTADOS

En el complejo entramado de la vida moderna, la intersección entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico se ha convertido en un área de estudio fundamental, especialmente entre los estudiantes de secundaria. La etapa de la adolescencia es un período caracterizado por una amplia gama de emociones y desafíos tanto académicos como personales. En este contexto, la inteligencia emocional se presenta como una habilidad fundamental que abarca la capacidad de reconocer, comprender y gestionar las propias emociones, así como las emociones de los demás. Polo (2022) destaca que la inteligencia no se limita únicamente a la resolución de problemas, sino que involucra diversas habilidades cognitivas que permiten a las personas razonar, comprender, comunicar y resolver dificultades.

De tal manera que resulta importante tener en cuenta el desarrollo de la adolescencia, ya que es un proceso marcado por cambios físicos, cognitivos y sociales que conllevan la transición hacia la adultez (Aristi & Pomares, 2022). Durante esta etapa, los individuos buscan autonomía y exploran su identidad, enfrentando desafíos relacionados con la consolidación de su personalidad y el establecimiento de relaciones sociales. En este contexto, el bienestar psicológico adquiere un rol fundamental al influir en cómo los adolescentes gestionan estos cambios y desafíos, impactando significativamente en su salud mental y emocional, siendo una autoimagen positiva y una autoestima sólida factores clave para enfrentar de manera constructiva las presiones sociales y las expectativas cambiantes.

Por ende, resulta relevante conocer a fondo la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en adolescentes ya que es cruciales para que de esta forma se les proporcionen herramientas para comprender y gestionar sus emociones, lo que a su vez les ayuda a lidiar con los desafíos propios de esta etapa de cambios y exploración de identidad. Una sólida inteligencia emocional promueve relaciones interpersonales saludables, autoestima positiva y resiliencia, aspectos fundamentales para afrontar la presión social y construir una base sólida para la salud mental a lo largo de sus vidas. Por lo mencionado, se procede al análisis de cada una de las hipótesis planteadas tras obtener los resultados en la muestra de estudio:

Con respecto a la hipótesis general, se rechaza que exista relación entre las variables de Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio de Casma. En la tabla 7, no existe relación entre Inteligencia emocional y Bienestar psicológico ($p=.103$), teniendo un tamaño de efecto muy bajo ($\rho=.141$).

Entendiéndose que a pesar de la creencia generalizada de que un mayor nivel de inteligencia emocional podría estar directamente vinculado con un mayor bienestar psicológico, los datos recopilados no respaldan esta hipótesis en el contexto específico de estos estudiantes. Aunque la inteligencia emocional se define como la capacidad de reconocer, comprender y gestionar las propias emociones y las de los demás, estos atributos no parecen estar relacionados de manera concluyente con la percepción de bienestar psicológico entre los alumnos de secundaria. En consecuencia, es importante destacar que, a pesar de la falta de una correlación evidente, esta conclusión no invalida la importancia de la inteligencia emocional ni del bienestar psicológico. Ambos constructos

siguen siendo factores valiosos en el desarrollo personal y el ajuste psicológico de los estudiantes. Sin embargo, en este contexto particular, otros factores podrían estar influyendo en la percepción de bienestar de los alumnos, superando la influencia directa de la inteligencia emocional.

Tal como lo señala Bar-On (2007), la inteligencia debería ser un pilar fundamental para fomentar el bienestar psicológico en los adolescentes. A pesar de la idea generalizada de que niveles más elevados de inteligencia emocional se vinculan directamente con un mayor bienestar psicológico, los hallazgos obtenidos en este estudio desafían este supuesto en el contexto de estudiantes de secundaria. Con esto los estudiantes podrían abarcar habilidades para identificar, comprender y gestionar las propias emociones y las de los demás, así mismo, esto ha sido reconocido como un aspecto determinante ante el ajuste psicológico y la satisfacción en la vida cotidiana. Lo que puede conllevar a que el estudiante no tenga una comprensión más profunda de la influencia que ejercen las circunstancias educativas y culturales en la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico. En investigaciones similares, Álvarez y Salazar (2018) en Colombia evaluaron la relación entre funcionamiento familiar y bienestar psicológico en 79 adolescentes, encontrando que no hubo una relación significativa entre las variables, sugiriendo la necesidad de intervenciones familiares, de igual forma Yalta (2020) en Tarapoto analizó la correlación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en 36 estudiantes, concluyendo que en ese contexto específico no se observa una influencia directa de la inteligencia emocional en el bienestar.

Por consiguiente, los estudiantes deben abordar la inteligencia emocional y las habilidades psicológicas como elementos fundamentales para su bienestar psicológico. Autores como Avalos et al (2019) han resaltado que la inteligencia emocional, comprende la capacidad de reconocer, comprender y gestionar las propias emociones, así como las emociones de los demás, esto puede influir en la forma en que los estudiantes afrontan situaciones estresantes y desafiantes en su entorno educativo. Autores contemporáneos como Popaya et al (2020) han enfocado sus investigaciones en la enseñanza de la inteligencia emocional en el ámbito educativo, subrayando cómo esta puede contribuir al desarrollo de habilidades de autorregulación, empatía y manejo de conflictos. En este sentido, se podría argumentar que fortalecer la inteligencia emocional y las habilidades psicológicas de los estudiantes podría brindarles herramientas para manejar de manera

adaptativa las tensiones diarias, establecer relaciones positivas y promover un mayor bienestar en el entorno escolar.

Además, en el mismo entorno que se desenvuelven los estudiantes, es esencial considerar la influencia de la inteligencia emocional y las habilidades psicológicas en su comportamiento y bienestar. La inteligencia emocional, según Matta y Olaya (2022), abarca la capacidad de reconocer, comprender y gestionar las emociones propias y ajenas, y esta habilidad puede desempeñar un papel fundamental en la prevención de conductas agresivas. Estudiantes con un mayor desarrollo de inteligencia emocional pueden ser más aptos para afrontar situaciones estresantes, resolver conflictos de manera constructiva y comunicarse efectivamente con sus compañeros, reduciendo así la probabilidad de involucrarse en comportamientos agresivos. La empatía y la autorregulación emocional también pueden contribuir a un entorno escolar más respetuoso y amigable, promoviendo el bienestar psicológico de los estudiantes. Autores como Polo (2022), menciona que esto podrían contribuir a un ambiente escolar más respetuoso y a la formación de relaciones saludables entre los estudiantes, promoviendo así un entorno más positivo y el bienestar psicológico en esta etapa educativa.

Por último, en el mismo entorno en el que los estudiantes se desenvuelven, podrían enfrentar desafíos en la regulación de sus emociones y en el manejo de sus habilidades psicológicas. Podrían manifestar dificultades para gestionar sus impulsos agresivos en situaciones de conflicto con compañeros y profesores. La falta de control emocional podría influir en su capacidad para resolver problemas de manera constructiva, lo que a su vez podría llevar a respuestas agresivas. En este contexto, la inteligencia emocional y las habilidades psicológicas podrían desempeñar un papel fundamental en la manera en que los estudiantes abordan los desafíos interpersonales y manejan sus propias emociones. La promoción de estas habilidades podría contribuir a reducir la agresividad y fomentar un ambiente escolar más saludable y productivo para los estudiantes (Quezada, 2019)

En relación a la hipótesis específica planteada, se llegó a observar una relación muy significativa, entre manejo de emociones y bienestar psicológico ($Rho = .241$; $p < .05$), indicando así que la capacidad de manejar emociones de forma controlada, factor similar a lo observado en la investigación propuesta por Yalta (2020), en donde se evidenció una relación entre la inteligencia emocional y el bienestar de la persona en su desarrollo y crecimiento personal ($Rho = .328$; $p < .05$).

Además, la teoría de la inteligencia emocional, desarrollada por Daniel Goleman, sostiene que la habilidad para reconocer y regular las propias emociones es un componente fundamental de la inteligencia y el éxito en la vida. Según esta teoría, las personas con un alto grado de inteligencia emocional tienden a tener relaciones interpersonales más satisfactorias, a ser más resilientes frente a la adversidad y a tener un mejor desempeño en diferentes áreas de la vida, lo que contribuye significativamente a su bienestar general (Cervantes y Rojas, 2023). Desde una perspectiva neurocientífica, estudios han demostrado que el manejo de emociones está asociado con cambios neurobiológicos en el cerebro, especialmente en regiones como la amígdala y la corteza prefrontal, que están involucradas en la regulación emocional y la toma de decisiones (Morales, 2020).

Asimismo, entre la dimensión de inteligencia interpersonal y bienestar psicológico, se evidenció una relación positiva, de tipo muy significativa ($r = .287$; $p < .01$), refiriendo así, que la capacidad de relacionarse con el contexto social, influirá de forma positiva, en el grado de estabilidad y desarrollo del adolescente. Este resultado es similar a lo observado en la investigación expuesta por Cahua (2021), en donde empleó una muestra de 146 estudiantes, permitiendo observar una relación positiva entre la inteligencia emocional del estudiante y su capacidad de interacción o adaptación a las nuevas normas sociales ($Rho = .423$; $p < .01$).

Desde una perspectiva psicológica, la inteligencia interpersonal se relaciona estrechamente con la teoría de la autorrealización de Abraham Maslow. Según esta teoría, el ser humano tiene una necesidad innata de pertenencia y conexión social, y el desarrollo de relaciones interpersonales significativas es esencial para alcanzar un estado de plenitud y realización personal (Ruiz.Ortega y Berrios, 2023). La capacidad para comprender las emociones, pensamientos y motivaciones de los demás, así como para establecer relaciones interpersonales saludables y satisfactorias, contribuye de manera significativa al cumplimiento de esta necesidad psicológica básica y, por ende, al bienestar emocional y mental del individuo (Carrillo et al., 2021).

Desde una perspectiva social, numerosos estudios han demostrado la importancia de las relaciones interpersonales en la salud y el bienestar de las personas. Tener un círculo social sólido y de apoyo se asocia con niveles más bajos de estrés, depresión y ansiedad, así como con una mayor satisfacción con la vida y una mejor calidad de vida en general. La

inteligencia interpersonal facilita el desarrollo y mantenimiento de estas relaciones, promoviendo así el bienestar emocional y social del individuo (Valiente et al., 2020).

Al respecto, Luy-Montejo (2019) menciona que la adaptabilidad analiza a partir de lo que se acontece en la realidad, estableciendo soluciones para resolver la dificultad presente; lo cual Matta y Olaya (2022) refieren que se va desarrollando un lenguaje adecuado, sencillo y comprensible, para hacerle frente a las situaciones desagradables, empleando la expresión de sus emociones de forma regulada. Por lo tanto, los estudiantes al mostrar una actitud positiva, cuentan con la habilidad para perseverar ante las dificultades del entorno escolar, teniendo conciencia de sus estados emocionales y cómo influyen en los demás al momento de usarlos, como en momentos de diálogo entre amistades, a nivel grupal durante un trabajo grupal o para discutir en clase sobre algún tema tratado.

Por otro lado, según Prakash et al (2019), refiere que los estudiantes saben cómo mostrarse empáticos, manteniendo un control sobre sus impulsos para saber comportarse según el momento en el que se encuentran, y la madurez para tomar la seriedad e importancia de cada situación, lo que facilitará el logro de sus metas escolares, estando como evidencia en su buen rendimiento escolar, en sus calificaciones de cada materia. La inteligencia permite a cada estudiante situarse en cualquier contexto con la experiencia aprendida, guardando relación con su desarrollo personal al encontrarse en su respectivo grado escolar. Por último, los estudiantes tendrían la capacidad de manejar el estrés percibido de su entorno, tomando iniciativa mediante la expresión adecuada de sus necesidades, lo cual se vería beneficiado al mejorar su rendimiento académico y reduciendo los comportamientos negativos y evitando situaciones que probablemente puedan ser de riesgo. Dicho resultado se pudo observar en estudiantes de secundaria que tuvieron un adecuado manejo del estrés percibido, lo cual realizaron mediante la gestión de sus emociones (Gallardo, 2022; Cahua, 2021).

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

1. Como primera conclusión, en base al objetivo general, donde se buscó determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico, se evidenció no existe relación significativa ($Rho = .141$), indicando que este factor suele vincularse a otros factores externos a inteligencia emocional.
2. En base al objetivo específico, se identificó el nivel de inteligencia emocional, observando así que los estudiantes presentan un nivel medio en general (59%). Las dimensiones específicas de inteligencia emocional también mostraron niveles medios en su mayoría, siendo las más destacadas: Interpersonal (61.2%) y Estado de ánimo general (58.2%).

3. Como tercera conclusión, se evidenció como nivel de bienestar psicológico, se obtuvieron un nivel medio en general (52.2%). A nivel dimensional, se destacaron áreas como Crecimiento personal (56.7%) y Relaciones Positivas (53.7%), mientras que Autonomía obtuvo un nivel bajo (44%).
4. En base al último objetivo específico, se llegó a evidenciar una relación positiva, de nivel muy significativo entre la dimensión de manejo de emociones ($Rho = .241$; $p < .05$) y la dimensión de inteligencia interpersonal y bienestar psicológico ($Rho = .287$; $p < .01$).

6.2. Recomendaciones

1. Se recomienda investigar sobre otros factores externos que se asocien con el bienestar de los estudiantes. Podrían considerarse variables como el entorno familiar, el apoyo social o las experiencias de vida.
2. Se recomienda incorporar prácticas como la meditación, la respiración consciente o la terapia cognitivo-conductual en el currículo escolar para mejorar estas habilidades.
3. Se recomienda implementar programas educativos que fomenten el desarrollo de la inteligencia emocional, centrándose especialmente en las dimensiones menos destacadas, como Autonomía.
4. Se recomienda que los directores promuevan activamente actividades y programas que fomenten la colaboración, el trabajo en equipo y el crecimiento personal entre los estudiantes. Esto podría incluir iniciativas extracurriculares, proyectos comunitarios y oportunidades de liderazgo.

CAPITULO VI

REFERENCIAS Y ANEXOS

6.1. Referencias

- Agbaria, Q. (2021). Classroom Management Skills among Kindergarten Teachers as related to Emotional Intelligence and Self-Efficacy. *International Journal of Instruction*, 14(1), pp. 1019-1034. <https://doi.org/10.29333/iji.2021.14160a>
- Aguilar, M. y Duran, R. (2018). *Funcionalidad familiar en los adolescentes de 1° y 2° de secundaria de una Institución Educativa en el distrito de Los Olivos*. [Tesis de pregrado, Universidad de Ciencias y Humanidades]. Repositorio institucional. <https://repositorio.uich.edu.pe/handle/20.500.12872/211>
- Akanksha, S. y Anshika, B. (2020). The role of adjustment problems in emotional intelligence among adolescents. *Indian Journal of Health and Well-being*, 11(7-9), pp. 336-339. <https://iahrw.org/our-services/journals/indian-journal-ofhealthwellbeing/>
- Alcántara, A. (2021). *Funcionamiento familiar e inteligencia emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública y una parroquial de punta negra*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1531>
- Aldeas Infantiles SOS PERÚ. (25 de abril de 2019). *Las cifras de violencia física y sexual contra menores de edad son alarmantes. Más del 50% de los casos atendidos por violencia a menores de 18 años fueron por violencia física y sexual*. Aldeas

Infantiles SOS PERÚ. <https://www.aldeasinfantiles.org.pe/noticias/las-cifras-deviolencia-sexual-fisica-y-sexual-con>

Altamirano, J. y Maza, O. (2022). *Inteligencia emocional asociada a estilos de crianza en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de la I.E.E “Juan Manuel Iturregui” – Lambayeque.*

[Tesis de pregrado, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo].

Repositorio institucional.

<https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/10321>

Álvarez S. y Salazar E. (2018). *Funcionamiento Familiar y Bienestar Psicológico en Adolescentes de una Comunidad Vulnerable.* [Tesis de Maestría, Universidad Cooperativa de Colombia].

https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/7842/1/2018_funcionamiento_familiar_bienestar.pdf

American Psychological Association. (APA, 2019). *El estrés es un problema de salud serio en Estados Unidos.* Washington D.C: APA.

<https://www.apa.org/centrodeapoyo/estres-problema>

Aristi, E. y Pomares, L. (2022). *Funcionamiento familiar e inteligencia emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa en el caserío Miramar en la región Piura.* [Tesis de pregrado, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio institucional. <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/10170>

Avalos, S. y Calle, L. (2019). *Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa de Nuevo Chimbote.* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/40165>

Barrionuevo, M. y Córdova, S. (2021). *Bienestar psicológico y violencia familiar en adolescentes del distrito de Ventanilla, Lima, 2021.* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/81853>

Bata, S. y Castro, C. (2021). English as a foreign language student ‘emotional intelligence management when taking speaking exams. *Profile: Issues in Teachers’*

Professional Development, 23(2), pp. 245–261.

<http://doi.org/10.15446/profile.v23n2.88378>

Bueno, A. (2019). La Inteligencia Emocional: exposición teórica de los modelos fundantes.

Revista Seres y Saberes, (6), pp. 57-62.

<http://revistas.ut.edu.co/index.php/SyS/article/view/1816>

Cabeza, M. y Díaz, R. (2019). *Clima social familiar e inteligencia emocional en estudiantes de Educación Secundaria, Área de Inglés, de la Institución Educativa*

“Juan Pablo II” de Huallin, Asunción, Áncash, 2018. [Tesis de segunda especialidad, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional.

<https://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/2900>

Cabos, T. (2019). *Propiedades Psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en estudiantes de Secundaria del Distrito Nuevo Chimbote*. [Tesis de pregrado,

Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle]. Repositorio

institucional. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/32061>

Cahua, K. (2021). *Inteligencia Emocional, Bienestar Psicológico y Estrategias de Afrontamiento en Adolescentes de Secundaria de Arequipa, 2021*. [Tesis de

maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/69053>

Carrillo, E., Pérez, G., Laca, F. y Luna, A. (2020). Inteligencia emocional percibida y autoconcepto en adolescentes estudiantes de bachillerato, *Revista de educación y*

desarrollo, 55(6), 33-40.

https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/55/RED_55_Completa.pdf#page=34

Castillo, M. (2018). *Relación entre el clima social laboral, afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en el personal de tratamiento del Establecimiento*

Penitenciario de Lurigancho. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional.

<http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/9783>

Cazallo, A., Bascón, M., Mudarra, A. y Salazar, E. (2020). La inteligencia emocional en los estudiantes universitarios. *Revista Espacios*, 41(23), pp. 333-345.

<https://www.revistaespacios.com/a20v41n23/a20v41n23p28.pdf>

- Cervantes, P. y Rojas, L. (2023). La inteligencia emocional, modelos para su desarrollo. Segunda parte: Modelo de Daniel Goleman, *Reforma siglo XXI*, 29(114), 2-21. <https://reforma.uanl.mx/index.php/revista/article/view/70>
- Chávez, M., Barcia, M. y Reyes, J. (2019). Las conductas en adolescentes y su familia ante situaciones de riesgo, *Revista Caribeña de Ciencias sociales*, 3(4), 1-5. <https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/02/conductas-adolescentes-familia.html>
- Cholán, W. y Burga, G. x (2019). *Inteligencia emocional y procrastinación en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa JEC Daniel Alcides Carrión García del distrito de Codo de Pozuzo provincia de Puerto Inca región Huánuco 2018*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1740>
- Coba, M. (2022). *Inteligencia emocional y aprendizaje autorregulado en estudiantes de una Institución Educativa de Lima Metropolitana*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/83211>
- Condori, J. (2020). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/1030/1/Condori%20Paiz%20Joselyn%20Rossmery.pdf>
- Condori, N. (2021). *Violencia Familiar, Bienestar Psicológico e Inteligencia Emocional en Estudiantes de Secundaria en Lima Metropolitana 2020*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/75280>
- Cruz, L. (2022). *Funcionalidad familiar y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa nacional de lima metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio institucional. <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/5931>
- Dávila, J. (2021). Salud mental, adolescentes y redes sociales. *El peruano*.

<https://elperuano.pe/noticia/213818-salud-mental-adolescentes-y-redessociales#:~:text=En%20general%2C%20un%2029%25%20de,por%20esta%2C%20desde%20el%202020.>

Díaz, B., Morales, R. (2021). Moduladores del bienestar psicológico en adolescentes de condición vulnerable: autoestima y autoeficacia. *Revista electrónica sobre cuerpos académicos y grupos de investigación*, 8(15), pp. 1-16.

<https://www.cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/231>

Donaire, P. y Muñoz, I. (2018). *Riesgo familiar y funcionalidad en familias de asentamientos humanos pertenecientes al centro de salud Catalina*. [Tesis de pregrado, Universidad Norbert Wiener]. Repositorio institucional.

<http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1845/TITULO%20%20Donayre%20Rodr%C3%ADguez%2C%20Paola%20B%C3%A1rbara.pdf?sequence=1&isAllowed>

Estuardo, G. (2012). Estadística y probabilidades. Santiago Chile

Gagliardi, V. (2020). Desafíos educativos en tiempos de pandemia. *Questión*, 1(1), pp. 1-6.

<https://doi.org/10.24215/16696581e312>

Gallardo, C. (2022). *Inteligencia emocional según género en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Trujillo*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio institucional.

<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/30631>

González, N., Abad, J. y Lévy, J.P. (2006). Normalidad y otros supuestos en análisis de covarianzas. En Lévy, J. y Varela, J. Modelización conestructuras de covarianzas en Ciencias Sociales 31-57. España: Gesbiblo, S.L. La Coruña

Gorgas, J., Cardiel, N. & Zamorano, J. (2011). Estadística básica para estudiantes de ciencia. Madrid, España.

Helliwell, J., Layard, R., & Sachs, J., Aknin, L, Wang, S. (2021). *World Happiness Report 2021*. New York: Sustainable Development Solutions Network.

<https://happinessreport.s3.amazonaws.com/2021/WHR+21.pdf>

- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill Interamericana Editores, S.A. DE C.V. <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>
- Ibáñez, K. y Santos, N. (2021). *Competencia Parental Percibida y Bienestar Psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Privada de José Leonardo Ortiz*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio institucional. <https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/9832>
- Infocop. (30 de enero de 2019). *80% de niños y adolescentes con trastorno de ansiedad no recibe tratamiento*. Infocop. http://www.infocop.es/view_article.asp?id=7689
- Jesu Prakash, M, y Vasimalairaja, M (2021). Influence of emotional intelligence and lateral thinking on achievement in biology of XI standard students. *Elementary Education Online*, 20(5), pp. 2426-2432. <https://doi.org/10.17051/ilkonline.2021.05.264>
- Jiménez, A. (2018). Inteligencia emocional. *Revista Lúa Ediciones* (3), pp. 457-469. https://www.aepap.org/sites/default/files/457-469_inteligencia_emocional.pdf
- Karimpour, S. Sayad A, Taheri M, Aerab Sheibani Kh. (2019). A Gender Difference in Emotional Intelligence and self-Regulation Learning Strategies: ¿Is it true? *Novel Biomed*, 7(2), pp. 38-44. <https://doi.org/10.22037/nbm.v7i2.20974>
- Kline, R. (2005). Principles and practice of structural equation modeling (2nd ed.). Guilford Press.
- López, S. (2021). *Bienestar psicológico y acoso escolar en adolescentes de una institución educativa pública del distrito de Calleria, Ucayali, 2021*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/67898>
- Luy-Montejo, C. (2019). El Aprendizaje Basado en Problemas (ABP) en el desarrollo de la inteligencia emocional de estudiantes universitarios. *Propósitos Y Representaciones*, 7(2), pp. 353–383. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n2.288>

- Matta, J. y Olaya, B. (2022). *Propiedades Psicométricas del Inventario de Inteligencia Emocional BarOn Ice: Na en estudiantes del nivel secundario en instituciones públicas, del distrito de Nuevo Chimbote*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/84020>
- Mendas, M. y Pala, A. (2018). Type I Error Rate and Power of Three Normality Tests. *Pakistan Journal of Information and Technology* , 2 (2), 135-139
- Mercader, A. (2020). Problemas en el adolescente, mindfulness y rendimiento escolar en estudiantes de secundaria. Estudio preliminar. *Propósitos Y Representaciones*, 8(1), e372. <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n1.372>
- Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables, MIMP. (2018). *Estadísticas sobre violencia familiar y sexual, violencia contra la mujer y feminicidio en el Perú*. MIMP.
https://www.mimp.gob.pe/files/programas_nacionales/pncvfs/publicaciones/informe-estadistico-02_2018-PNCVFS-UGIGC.pdf
- Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (MIMP, 2019). *Atención integral a víctimas de violencia familiar*. MIMP.
https://www.mimp.gob.pe/files/programas_nacionales/pncvfs/stapas/GUIA-DEATENCION-DE-LOS-CEM.pdf
- Ministerio de Salud (2018). *Lineamientos de política sectorial en salud mental*. MINSA.
<http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4629.pdf>
- Ministerio de Salud del Perú (14 de febrero de 2021). *Cerca del 30 % de menores de edad en riesgo de presentar dificultades socioemocionales debido a la pandemia*. Plataforma digital única del Estado Peruano.
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/342348-cerca-del-30-de-menores-de-edad-en-riesgo-de-presentar-dificultades-socioemocionales-debido-a-lapandemia>
- Ministerio de Salud del Perú y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2021). *La salud mental de niñas, niños y adolescentes en el contexto de la COVID-19*. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.
<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/2008394/La%20salud%20mental%20de%20ni%C3%B1as%20y%20adolescentes%20en%20el%20contexto%20de%20la%20COVID-19.pdf>

20de%20ni%C3%B1as%2C%20ni%C3%B1os%20y%20adolescentes%20en%20el%20contexto%20de%20la%20COVID-19.pdf

Ministerio de Salud del Perú. (25 de junio de 2019). *Más del 60% de los pacientes que van a los servicios de salud mental son menores de 18 años de edad*. Plataforma digital única del Estado Peruano.

<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/29765mas-del-60-de-los-pacientes-que-van-a-los-servicios-de-salud-mental-son-menoresde-18-anos-de-edad>

Morales, M. (2020). Inteligencia emocional y ética de la responsabilidad solidaria: Como contribuir hoy a una pedagogía humanizada, *Revista de ciencias de la comunicación e informática*, 25(2), 56-70.

<https://www.revistaccinformacion.net/index.php/rcci/article/view/111/82>

Morán, A. y Silva, A. (2021). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en alumnas de secundaria de un colegio estatal de Trujillo*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio institucional.

<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/8235>

Muñoz, M. (2022). *Inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes que cursan el 5to año del nivel secundario de una institución educativa en el distrito de lima, 2020*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio institucional.

<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/30127>

Observatorio Nacional de la Violencia contra las Mujeres y los Integrantes del Grupo Familiar. (2019). *Indicadores de la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES)*. MIMP. <https://observatorioviolencia.pe/datos-inei-2017-2/>

Organización de las Naciones Unidas para la Cultura, las Ciencias y la Educación (2020). *Análisis curricular Estudio Regional Comparativo y Explicativo (ERCE, 2019)*.

Santiago: Laboratorio Latinoamericano de Evaluación de la Calidad de la Educación y Oficina Regional de Educación para América Latina y el Caribe.

<https://es.unesco.org/fieldoffice/santiago/projects/llece>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2019).

Behind the numbers: Ending school violence and bullying. UNESCO.

<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000366483>

- Organización mundial de la Salud (2021). Salud mental del adolescente.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Campaña mundial de prevención contra la violencia*. OPS. <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-violencia>
- Organización Panamericana de Salud. (2019). *Depresión: hablemos, dice la OMS, mientras la depresión encabeza la lista de causas de enfermedad*. OPS.
https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13102:depression-lets-talk-says-who-as-depression-tops-list-of-causes-of-illhealth&Itemid=1926&lang=es
- Ortega, A. y Berrios, M. (2023). Revisión sistemática sobre inteligencia emocional y bienestar en adolescentes evidencias y retos, *Escritos de psicología*, 16(1), 15-32.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9021859>
- Otzen, T. & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Int. J. Morphol.* 35 (1). <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>
- Palacios, X. (2019) Adolescencia: ¿Una etapa problemática del desarrollo humano?, *Revista ciencia , salud*, 17(1), 5-8.
<http://www.scielo.org.co/pdf/recis/v17n1/16927273-recis-17-01-5.pdf>
- Palma-Delgado, G. M. (2020). Estado emocional en el rendimiento académico de los estudiantes en Portoviejo. *Ecuador. Dominio de las Ciencias*, 6(2), pp. 72-100.
<http://dx.doi.org/10.23857/dc.v6i3.1207>
- Papalia, D. y Martorrel, G. (2017). *Desarrollo Humano*. (13° edición). Madrid: McGraw Hill. <https://booksmedicos.org/desarrollo-humano-papalia-13a-edicion/>
- Polo, A. (2022). *Inteligencia emocional y agresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa de lima sur, 2022*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional.
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1866>
- Pomaya, G. y Tarco, H. (2020). *Bienestar Psicológico, Inteligencia Emocional y Control de Ira en Adolescentes Escolarizados de San Juan de Lurigancho*. [Tesis de

- pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/59197>
- Quezada, L. (2019). *Apego, Bienestar Psicológico y Acoso Escolar en adolescentes de Instituciones Educativas de Nuevo Chimote*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/34585>
- Rathakrishnan, M. Sanju, K. Azizi, S. y Mohammad, R. (2019). Emotional Intelligence and Psychological Well-Being of Rural School Students in Malaysia. *Magazine EC Psychology and Psychiatry* 8(6), pp. 440-444.
<https://www.econicon.com/ecpp/pdf/ECPP-08-00482.pdf>
- Ray, J. (20 de Julio de 2021). *2020 Sets Records for Negative Emotions*. Gallup, Inc.
<https://news.gallup.com/poll/352205/2020-sets-records-negative-emotions.aspx>
- Rodríguez, J. y Sánchez, H. (2019). *Inteligencia emocional y conducta agresiva en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Nuevo Chimote*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/40547>
- Rusca, F., Cortez, C., Tirado, B. & Strobbe, M. (2020). Una aproximación a la salud mental de los niños, adolescentes y cuidadores en el contexto de la COVID-19 en el Perú. *Acta Médica Peruana*, 37(4), pp. 556-558.
<https://dx.doi.org/10.35663/amp.2020.374.1851>
- Salinas, L. (2021). *Ciberacoso en pareja y bienestar psicológico en adolescentes de Lima Norte, 2020*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/61228>
- Sanjuán, C. (25 de noviembre de 2019). *Las 12 características de una persona emocionalmente inteligente*. Mover los sentimientos.
<https://www.moverlossentimientos.com/index.php/blog/item/56-12-caracteristicaspersona-emocionalmente-inteligente>
- Six Seconds. (2018). *State of the Heart 2018: Trends in emotional intelligence*. Six Seconds. <https://www.6seconds.org/2018/09/05/state-of-the-heart-2018/>

- Solórzano, P. (2019). Inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes limeños. *CASUS: Revista de investigación y casos en salud*, 4(1), pp. 30-36.
<https://casus.ucss.edu.pe/index.php/casus/article/view/160>
- Ubillús, M. (2018). *Bienestar psicológico y agresividad premeditada e impulsiva en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas del distrito de Comas 2018*. [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/25973>
- Valiente, C., Marcos, A. y Martínez, M. (2020). Fortaleza psicológica adolescente: relación con la inteligencia emocional y los valores . *Aula Abierta*, 49(4), 385–394.
<https://doi.org/10.17811/rifie.49.4.2020.385-394>
- Vera, R. (2020). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de la i.e. ceba – politécnico nacional del callao, región callao – 2020*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional.
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/18779>
- Vilar, A., Fresno, C. y Batle, S. (2021). Comunicarme con mi hijo adolescente, Cuaderno FAROS, 3(5), 43-73.
https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/7455_d_MiradaSaludMental-Adolescentes.pdf
- Villantoy, H. (2022). *Inteligencia emocional y funcionalidad familiar en estudiantes de secundaria de la institución educativa “el buen pastor” Ayacucho 2020*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/26854>
- Yalta, H. (2020). *Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico en estudiantes del tercer grado de la institución educativa 0106, Alfonso Ugarte Vernal Tarapoto 2020*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/52867>

6.2. Anexos

Anexo 1. Formato de asentimiento informado

FORMATO DE ASENTIMIENTO INFORMADO

Por medio del presente documento manifiesto que se me ha brindado información para la participación en la investigación científica que se aplicará a estudiantes de secundaria de una institución educativa de Casma.

Se me ha explicado que:

1. El objetivo del estudio es determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio de Casma - Ancash, 2022.
2. El procedimiento consiste en responder a dos cuestionarios denominados: Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On ICE: NA y la Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J)
3. El tiempo de duración de la participación de los estudiantes de la institución es 20 minutos.
4. Puedo recibir respuesta a cualquier pregunta o aclaración.
5. Soy libre de rehusarme a que los estudiantes participe en cualquier momento y dejar de participar en la investigación, sin que ello lo(a) perjudique.
6. No se identificará la identidad de los estudiantes de la institución y se reservará la información que proporcione. Sólo será revelada la información que proporcione cuando haya riesgo o peligro para su persona o para los demás o en caso de mandato judicial.
7. Puedo contactarme con las autoras de la investigación Angela Valeria Bardales Alcalde y Diana Carolina Tirado Tapia mediante correo electrónico para presentar mis preguntas y recibir respuestas.

Finalmente, bajo estas condiciones **ACEPTO** que los estudiantes de la I.E Santa Teresita de Jesús participe de la investigación.

Nombre del Directo de la Institución: ORLANDO VALDERRAMA



ORLANDO VALDERRAMA A.

Trujillo, 24 de agosto de 2022.

En caso de alguna duda o inquietud sobre la participación en el estudio puedo escribir a los correos electrónicos abardalesa1@upao.edu.pe; dtiradot1@upao.edu.pe

Anexo 2. Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On ICE: NA

INVENTARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL BarOn ICE: Na

(Reuven Bar-On, Ph. D 1997)

(Ugarriza y Pajares en el 2002)

Nombre: _____ Edad: _____ Sexo: _____

Colegio: _____ Estatal () Particular () Grado: _____ Fecha: _____

INSTRUCCIONES

Lee cada oración y elige la respuesta que mejor te describe. hay cuatro posibles respuestas:

- 1. Muy rara vez**
- 2. Rara vez**
- 3. A menudo**
- 4. Muy a menudo**

Dinos cómo te sientes. piensas o actúas **LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES**. Elige una, y sólo UNA respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a tu respuesta. Por ejemplo, si tu respuesta es “Rara vez”. haz un ASPA sobre el número 2 en la misma línea de la oración. Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas. Por favor haz un ASPA en la respuesta de cada oración.

		Muy rara vez	Rara Vez	A menudo	Muy a menudo
1	Me gusta divertirme.	1	2	3	4
2	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.	1	2	3	4
3	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	1	2	3	4
4	Soy feliz.	1	2	3	4
5	Me importa lo que les sucede a las personas.	1	2	3	4
6	Me es difícil controlar mi cólera.	1	2	3	4
7	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	1	2	3	4

8	Me gustan todas las personas que conozco.	1	2	3	4
9	Me siento seguro (a) de mí mismo (a).	1	2	3	4
10	Sé cómo se sienten las personas.	1	2	3	4
11	Sé cómo mantenerme tranquilo (a).	1	2	3	4
12	Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.	1	2	3	4
13	Pienso que las cosas que hago salen bien.	1	2	3	4
14	Soy capaz de respetar a los demás.	1	2	3	4
15	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	1	2	3	4
16	Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.	1	2	3	4
17	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	1	2	3	4
18	Pienso bien de todas las personas.	1	2	3	4
19	Espero lo mejor.	1	2	3	4
20	Tener amigos es importante.	1	2	3	4
21	Peleo con la gente.	1	2	3	4
22	Puedo comprender preguntas difíciles.	1	2	3	4
23	Me agrada sonreír.	1	2	3	4
24	Intento no herir los sentimientos de las personas.	1	2	3	4
25	No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelvo.	1	2	3	4
26	Tengo mal genio.	1	2	3	4
27	Nada me molesta.	1	2	3	4
28	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	1	2	3	4
29	Sé que las cosas saldrán bien.	1	2	3	4
30	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	1	2	3	4
31	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	1	2	3	4
32	Sé cómo divertirme.	1	2	3	4
33	Debo decir siempre la verdad.	1	2	3	4

34	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil. cuando yo quiero.	1	2	3	4
35	Me molesto fácilmente.	1	2	3	4
36	Me agrada hacer cosas para los demás.	1	2	3	4
37	No me siento muy feliz.	1	2	3	4
38	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	1	2	3	4
39	Demoro en molestarme.	1	2	3	4
40	Me siento bien conmigo mismo (a).	1	2	3	4
41	Hago amigos fácilmente.	1	2	3	4
42	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	1	2	3	4
43	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.	1	2	3	4
44	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	1	2	3	4
45	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	1	2	3	4
46	Cuando estoy molesto (a) con alguien. me siento molesto (a) por mucho tiempo.	1	2	3	4
47	Me siento feliz con la clase de persona que soy.	1	2	3	4
48	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	1	2	3	4
49	Par mí es difícil esperar mi turno.	1	2	3	4
50	Me divierte las cosas que hago.	1	2	3	4
51	Me agradan mis amigos.	1	2	3	4
52	No tengo días malos.	1	2	3	4
53	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	1	2	3	4
54	Me disgusto fácilmente.	1	2	3	4
55	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	1	2	3	4
56	Me gusta mi cuerpo.	1	2	3	4
57	Aun cuando las cosas sean difíciles. no me doy por vencido.	1	2	3	4
58	Cuando me molesto actúo sin pensar.	1	2	3	4

59	Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada.	1	2	3	4
60	Me gusta la forma como me veo.	1	2	3	4

Anexo 3. Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J)

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF

Sexo: F / M Grado: Fecha: / /

Instrucciones: A continuación se le presenta una serie de enunciados, los cuales tendrás que leer con mucha atención, luego marcarás con un aspa (X) la alternativa que más se ajuste a ti.

1=Totalmente desacuerdo

2=Poco de acuerdo

3=Moderadamente de acuerdo

4=Muy de acuerdo

5=Bastante de acuerdo

6=Totalmente de acuerdo

ÍTEM	1	2	3	4	5	6
1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.						
2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.						
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.						

4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.						
5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un						

camino que me satisfaga.						
6. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.						
7. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.						
8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.						
9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.						
10. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes.						
11. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.						
12. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.						
13. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.						

14. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.						
15. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.						

16. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.						
17. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.						
18. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.						
19. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.						
20. Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo						
21. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.						
22. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.						
23. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.						

24. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.						
25. En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.						
26. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.						

27. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.						
28. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.						
29. No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.						
30. Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida.						
31. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.						
32. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.						
33. A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.						

34. No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está.						
35. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo						
36. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.						
37. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.						
38. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.						
39. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla.						

Anexo 4. Aportes de cuadros o tablas

Tabla 10 *Confiabilidad de la muestra para las variables de estudio en estudiantes de secundaria*

	N	α	ω
Inteligencia emocional	134	0.729	0.900
Bienestar Psicológico	134	0.696	0.795

**Tabla
11**

Estadístico de normalidad para la variable y dimensiones de Inteligencia Emocional en estudiantes de secundaria

	N	K-S	P
Estado de ánimo general	134	.293	.000 ^b
Adaptabilidad	134	.263	.000 ^b
Manejo de emociones	134	.251	.000 ^b
Interpersonal	134	.310	.000 ^b
Intrapersonal	134	.250	.000 ^b
Impresión positiva	134	.238	.000 ^b
Inteligencia Emocional	134	.296	.000 ^b

Nota: N= muestra; K-S= Kolmogorov Smirnov; P= valor de probabilidad; b= $P < 0.05$

12

Estadístico de normalidad para la variable y dimensiones de Bienestar Psicológico en estudiantes de secundaria

	N	K-S	P
Auto aceptación	134	.265	.000 ^b
Relaciones Positivas	134	.270	.000 ^b
Autonomía	134	.280	.000 ^b

Tabla

Dominio del Entorno	134	.263	.000 ^b
Intrapersonal	134	.267	.000 ^b
Crecimiento personal	134	.299	.000 ^b
Bienestar Psicológico	134	.268	.000 ^b

Nota: N= muestra; K-S= Kolmogorov Smirnov; P= valor de probabilidad; b= P<0.05

13

Descriptivos para la variable y dimensiones de Inteligencia Emocional en estudiantes de secundaria

	N	Min	Max	Media	D.E.	G1	G2
Estado de ánimo general	134	16.00	53.00	37.6716	8.48686	-.382	-.378
Adaptabilidad	134	10.00	39.00	26.8284	5.22217	-.298	.398
Manejo de emociones	134	12.00	37.00	27.2761	4.67660	-.319	.607
Interpersonal	134	15.00	48.00	34.8881	5.85882	-.700	.956
Intrapersonal	134	6.00	20.00	12.3433	3.42504	-.072	-.650
Impresión positiva	134	6.00	21.00	14.1567	2.81472	-.621	.806
Inteligencia Emocional	134	65.00	194.00	153.1642	20.08111	-1.004	2.902

Nota. N=muestra; D.E.=Desviación estándar; G1=Asimetría; G2=Curtosis

Tabla

Se observa la media para la variable Inteligencia Emocional fue de 153.1642 con una desviación estándar de 20.08111; mientras que para la dimensión Estado de ánimo general fue de 37.6716 con una desviación estándar de 8.48686; para la dimensión Adaptabilidad fue de 26.8284 con una desviación estándar de 5.22217; para la dimensión Manejo de emociones fue de 27.2761 con una desviación estándar de 4.67660; para la dimensión Interpersonal fue de 34.8881 con una desviación estándar de 5.85882; para la dimensión Intrapersonal fue de 12.3433 con una desviación estándar de 3.42504; para la dimensión Impresión positiva fue de 14.1567 con una desviación estándar de 2.81472.

14

Descriptivos para la variable y dimensiones de Bienestar Psicológico en estudiantes de secundaria

	N	Min	Max	Media	D.E.	G1	G2
Auto aceptación	134	12.00	36.00	21.5672	4.25052	.500	.345
Relaciones Positivas	134	12.00	37.00	25.7015	4.69367	-.048	.328
Autonomía	134	5.00	25.00	17.3582	3.75450	-.375	.464
Dominio del Entorno	134	7.00	38.00	24.7836	5.49554	-.258	.545
Propósito en la vida	134	8.00	44.00	28.5075	6.09788	-.021	.947
Crecimiento personal	134	5.00	26.00	17.3209	3.97284	-.297	.312
Bienestar Psicológico	134	54.00	190.00	135.2388	19.26163	-.500	2.763

Nota. N=muestra; D.E.=Desviación estándar; G1=Asimetría; G2=Curtosis

Tabla

Se observa la media para la variable Bienestar Psicológico fue de 135.2388 con una desviación estándar de 19.26163; mientras que para Auto aceptación fue de 21.5672 con una desviación estándar de 4.25052; para Relaciones Positivas fue de 25.7015 con una desviación estándar de 4.69367; para Autonomía fue de 17.3582 con una desviación estándar de 3.75450; para Dominio del Entorno fue de 24.7836 con una desviación estándar de 5.49554; para Propósito en la vida fue de 28.5075 con una desviación estándar de 6.09788; para Crecimiento personal fue de 17.3209 con una desviación estándar de 3.97284.